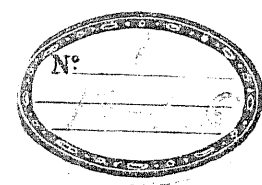


17a-8-60



WOL...
...
185



17803850

2 400 40  MADE IN SPAIN

DEL VIVER R. 8708
DELLI ROMANI,
ET DI CONSERVAR
LA SANITA'

Di M. ALESSANDRO PETRONIO da Ciuita Castellana

LIBRI CINQUE

Doue si tratta del Sito di Roma, dell' Aria, de' Venti, delle Stagioni,
dell' Acque, de' Vini, delle Carni, de' Pesci, de' Frutti, delle Herbe,
& di tutte l' altre cose pertinenti al gouerno de gli Huomini,
& delle Donne d' ogni età, & conditione.

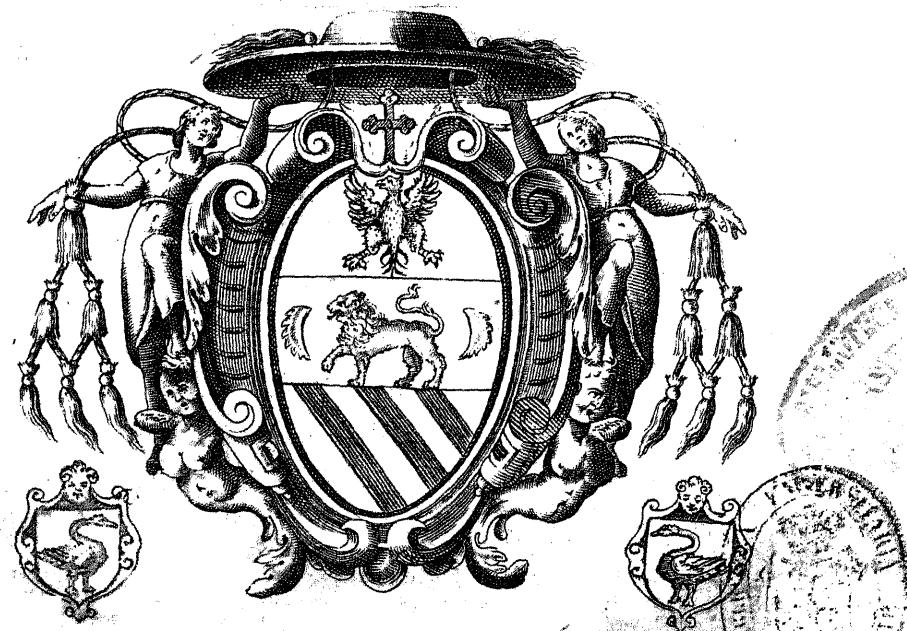
Opera utile, & necessaria non solo a Roma, mà ancora ad ogn' altro Paese.

CON DVI LIBRI APPRESSO DELL'ISTESSO AVTORE,
del mantenere il Ventre molle senza Medicine,

Tradotti dalla lingua Latina nella Volgare, dall' Eccellente Medico
M. BASILIO PARAVICINO, DA COMO.

Con molte postille in margine, & vna Tauola copiosissima delle cose notabili.

CON PRIVILEGIO DI N. S. CLEMENTE VIII.

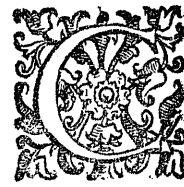


IN ROMA, Appresso Domenico Basa. M. D. XCII.

CON LICENTIA DE' SUPERIORI.

CLEMENS PAPA VIII.

AD FUTURAM REI MEMORIAM.



VM sicut accepimus, Dilectus Filius Basilius Paravicinus, Artium & Medicinae Doctor, Urbis nostrae incola, ad communem omnium utilitatem, & praecipue artium, & Medicinae huiusmodi studiosorum, Opus Alexandri Peironij Physici de victu Romanorum, de sanitate tuenda, & de alio lemēda sine medicamentis, Latino sermone compilatum, e dicto sermone, eo quod valde difficile erat, in Italicum Idioma traduxerit, illudq. imprimi, & typis excudi facere desideret; sed vereatur, ne postmodum aliquis, seu aliqui alij ad eius imitationem, dictum opus sic traductum, etiam imprimi curent, in ipsius Basilij damnum, & praedictum: Nos igitur eiusdem Basilij indemnitati, ac simul publicae utilitati, & commoditati in praemissis opportune consulere, ipsumq. Basilium specialibus favoribus, & gratijs prosequi volentes, supplicacionibus pro parte dicti Basilij nobis super hoc humiliter porrectis, in omnibus, & singulis utriusque sexus Christi fidelibus, praesertim librorum Impressoribus, & Bibliopolis, quovis nomine nuncupatis, tam in dicta Urbe, & illius districtu, quam toto statu Ecclesiastico, nobis, & sanctae Romanae Ecclesiae mediate, vel immediate subiectis, sub quingentorum ducatorum auri de Camera, pro vna Camera Apostolica, & pro alia dicto Basilio, pro alia accusatori, & pro reliqua, quartis illarum partibus Iudici exequenti, nec non amission. typorum, librorum, & operum, eidem Basilio, & suis irremissibiliter applican. poenis, toties ipso facto incurren. quoties contrauentum fuerit; districtius inhibemus; atque interdicimus, ne per duodecim annos a primana dicti Operis impressione computandos, Opus ipsum in toto, vel parte etiam ad instantiam cuiusvis alterius persona cuiuscunque dignitatis, status, gradus, ordinis, nobilitatis, praeminentiae, & condition. fuerit, quovis quacunque colore, vel ingenio imprimere, & typis dare, seu imprimi, & typis excudi facere, aut etiam alibi, vel ab alijs impressum, vel in lucem editum, vendere, aut venale, seu alias quomodolibet proponere, tenere, vel habere, seu exemplum inde sumere per se, vel alium, seu alios audeant, seu praesumant, nisi ad hoc ipsius Basilij, vel suorum praedictorum expressus accesserit assensus, de quo per cedulam eius, vel eorum manu propria scriptam constare debeat, & nihilominus vniuersis, & singulis venerabilibus Fratribus Archiepiscopis, Episcopis, ac Dilectis Filijs eorum Vicarijs, & Officialibus; necnon quibusvis alijs locorum ordinarijs, & reliquis in dignitate Ecclesiastica constitutis, etiam quacunque dignitate Apostolica fungen. harum serie, & in virtute sanctae obedientiae praecipien. mandamus, vt quoties pro parte dicti Basilij fuerint requisiti, vel eorum aliquis fuerit requisitus, eidem Basilio, & suis praedictis, in praemissis efficacis defensionis praesidio assistant, eaque obseruari mandet, & faciant, ac contra inobedientes, & rebelles per praefatas, & alias eis bene uisas sententias, & poenas procedant, & exequantur. Inuocato etiam ad hoc (si opus fuerit) auxilio brachij secularis. Non obstant. Apostolicis, ac in vniuersalibus, Prouincialibusq. & synodalibus concilijs editis, & edendis specialibus, vel generalibus constitutionibus, & ordinationibus, necnon etiam quibusvis iuramento, confirmatione Apostolica, vel quavis firmitate alia roboratis statutis, & consuetudinibus, privilegijs quoque, indultis, & literis Apostolicis, etiam quibusvis superioribus, & personis in genere, vel in specie sub quibuscunque tenoribus, & formis, etiam Motu proprio, & consistorialiter, ac alias in contrarium quomodolibet concessis, approbatis, & innouatis: Quibus omnibus etiam si de illis specialis, & expressa mentio habenda esset, illis alias in suo robore permansuris, hac vice duntaxat specialiter, & expresse derogamus, ceterisque contrarijs quibuscunque. Volumus autem, quod praesentium transumptis, vel exemplis

etiam in ipsis voluminibus impressis, plena, & eadem prorsus fides, ubique tam in iudicio, quam extra, habeatur, quae praesentibus originalibus haberetur, si forent exhibita, vel ostensa. Datum Roma apud Sanctum Petrum sub Annulo Piscatoris die XXIIII. Maij. M. D. XCII. Pontificatus Nostri. Anno Primo.

M. Vestrius Barbianus.

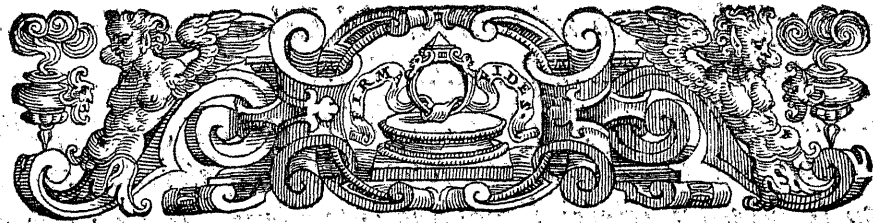
IO. PETRVS PARAVICINVS
RECTOR ACADEMIAE PARTHENIAE.

Ad Alexandrum Petronium, & Basilium Parauicinum.

*Vt tibi Basili decus est Petronius, utque
Est tibi Alexander, Parauicinus, honor;
Sic iure, alterius nunc incipit alter honore
Vivere, tu scriptis huius, & ille tuis.*



A L-



ALL'ILLVSTRISSIMO ET R.^{MO}
SIGNOR MIO COLEND.^{MO}
IL SIG. CARDINALE
DI COMO.



Illustriss. & Reuerendiss. Signore;



E in luogo di tradurre dalla lingua Latina nella nostra queste opere di M. Alessandro da Ciuita, V. S. Illustriss. mi hauesse comandato ch'io componessi un Libro in tal materia da me stesso, in verità ch'io hauerei sentito assai manco fatica in obedirola; perche mi farei affaticato intorno alla mia professione, mettendo in scritto quello c'hò imparato con li mei lunghi studij, & con l'uso di quaranta anni, c'ho essercitato la medicina, & nella Patria, & in Roma a seruitij di V. S. Illustrissima. La onde seguendo io l'ufficio di colui, che traduce, ue partendomi dall'essempio, a guisa del pittore che fa il ritratto, m'è conuenuto restringer & la

* * 3 penna,

penna, & l'ingegno ne' termini del Libro, & alle volte durar tediosa fatica in penetrar' il senso de' suoi concetti, li quali in qualche passo sono tanto intricati, & difficili, che, non solo quelli, che non sono della professione, ma ne anco li Medici istessi li possono intendere, se non con accurato studio: il che nasce dall'hauer questo Scrittore sopra modo affettato lo stile breuissimo d' Hippocrate, di cui egli fu marauigliosamente studioso, & imitatore. Hora conoscendo V. S. Illustrissima, che l'eccellenza delle suddette opere, & il gran profitto, che possono portar' al Mondo, era contrapesato dall'oscurità loro, giudicò prudentemente esser bene, che si rendessero facili con ridurle in questa nostra lingua volgare, acciò che più facilmente s'imparasse la vera regola del conseruar la sanità, insegnata nel presente Volume da questo Autore, il qual, hauendo essercitato la medicina qui in Roma per lo spatio di sessanta anni con grandissimo studio, & osseruatione, hà benissimo potuto insegnarla ad altri, come hà fatto in questo Libro. Et in ciò V. S. Illustrissima ha imitato il sauiio Salomone, il quale, oltre che trattò diffusamente di tutte le piante, & herbe medicinali, & de gli animali d'ogni sorte, (come si recita nel terzo Libro delli Rè al capitolo quarto) fu anco intagliato dapoi nel portico del Tempio di Dio edificato da lui in Gierusalemme, un Libro de' rimedij, con li quali s'hauessero a curar tutti li mali che potessero trouagliar l'huomo, si come riferisce Suida Historico (secondo l'opinione d'alcuni) nella opera sua, doue parla di Ezechia Rè di Gierusalemme, volendo inferire; che le cose utili alla sanità, deueno esser palesi in modo,

do, che da tutti se ne possa facilmente cauar abbondante frutto. Accioche dunque il Mondo goda, così utile, & così diletteuole fatica, Ecco, che presento a V. S. Illustrissima queste opere tradotte, & stampate; nella lettione delle quali, se alcuni ne sentiranno commodo, utilità, & piacere, (come spero) questi tali ne doueranno render le debite gratie, non a me, ma a V. S. Illustrissima, la qual è stata causa di tanto bene. Et io con tal fine pregole dal Signor' Iddio lunga, & felice vita in gratia sua. Di Roma, il dì 12. d'Agosto. M. D. LXXXVII.

Di V. S. Ill.^{ma} & R.^{ma}

Fidelis.^{mo} Ser.^{mo}

Basilio Parauicino.

TAVOLA DE' CAPITOLI
DELLA PRESENTE
OPERA,

LIBRO PRIMO.

Cap. 1.	D EL sito della Città di Roma.	à carte. 3
cap. 2.	Dell'aria di Roma.	5
cap. 3.	Delli venti, che sogliono regnar in Roma.	10
cap. 4.	Dell'anno salubre.	14
cap. 5.	Delle stagioni particolari dell'anno.	18

LIBRO SECONDO.

Cap. 1.	D ELLE acque in generale.	à carte. 35
cap. 2.	Dell'acqua che piove.	36
cap. 3.	Della fontana di Trevi, & della falonia.	38
cap. 4.	Di quella fontana piccola, ch'è nella ripa del Teuere appresso Santo Spirito.	41
cap. 5.	Dell'acqua del Teuere.	41
cap. 6.	Delle acque medicinali.	46
cap. 7.	Dell'acqua della Marmorata.	51
cap. 8.	Dell'acqua acida appresso Santo Paolo, & dell'acqua di Anticoli.	54
cap. 9.	Della natura delli vini in generale.	57
cap. 10.	Del vino Romanesco.	66
cap. 11.	Del vino fatto cō le tacchie, & del vino chiamato acquato.	70
cap. 12.	Del vino raspato.	71
cap. 13.	Del vino acquato.	74
cap. 14.	Delli vini vicini a Roma.	74
cap. 15.	Del vino, che porta poca acqua.	76
cap. 16.	De gli altri vini vicini a Roma, che si chiamano crudi.	77
cap. 17.	Delli vini propinqui a Roma, li quali se bene sono del medesimo luogo, alcuni sono crudi, alcuni cotti.	79
cap. 18.	Delli vini forastieri, che sono molto distanti da Roma.	79

cap.

cap. 19.	Del vino Greco.	80
cap. 20.	De gli altri vini forastieri in generale.	84
cap. 21.	Dell'aceto, & del mosto cotto.	89

LIBRO TERZO.

Cap. 1.	D ELLE cose, che si mangiano in generale.	à carte. 91
cap. 2.	Del caulo.	94
cap. 3.	Della lattuca, & altre herbe in generale.	98
cap. 4.	Delli fiori in generale.	118
cap. 5.	Delli frutti in generale.	118
cap. 6.	Delli frutti che presto fugono.	119
cap. 7.	Delli meloni.	127
cap. 8.	Dell'vua.	129
cap. 9.	Delli legumi in generale.	140
cap. 10.	Delli animali acquatici in generale, & massime delli pesci.	147
cap. 11.	Delli pesci del mare in generale.	150
cap. 12.	Delli pesci d'acqua dolce in generale.	159
cap. 13.	Delle mustelle Cartilaginose lunghe non piane.	161
cap. 14.	Della rana.	164
cap. 15.	Di quelli c'hanno la crosta.	165
cap. 16.	Delle carni in generale.	168
cap. 17.	De gli animali quadrupedi.	170
cap. 18.	De gli uccelli in generale.	174
cap. 19.	Delle particelle de gli animali.	179
cap. 20.	Delle parti de gli animali pedestri, che non hanno carne, della cotica, & della cartilagine.	181
cap. 21.	Del mele.	188
cap. 22.	Del Zuccaro.	189
cap. 23.	Del sale.	192
cap. 24.	De gli aromati, cioè spetie in generale.	193
cap. 25.	Quali sono quelli huomini c'habitano Roma.	195

LIBRO QUARTO.

Cap. 1.	D ELLI mali particolari di Roma.	199
cap. 2.	Della pienezza.	204
cap. 3.	Della fiacchezza.	205

C. 4.

cap. 4. Delli segni della fiacchezza .	206
cap. 5. Delli segni dell'indigestione .	207
cap. 6. Delli segni della pienezza di testa .	208
cap. 7. Della cautela, & cura delli detti mali .	209
cap. 8. Della particolare preferuatione , & cura della pienezza di testa .	210
cap. 9. Della pienezza del ventre .	215
cap. 10. Della cura, & preferuatione della fiacchezza .	219
cap. 11. Di quelle cose che diuertiscono altroue l'animo dell'huomo mal occupato .	222
cap. 12. Del vino puro, del Mitridato, & della Teriaca contra la tristezza .	223
cap. 13. Dell'helleboro bianco .	225
cap. 14. Dell'antimonio, & del precipitato .	227
cap. 15. Dell'altra sorte di fiacchezza .	228
cap. 16. Quante volte si deue nutrire l'infermo , per la debilita della virtù .	229
cap. 17. Che le minestre si deono far di cose consuete .	230
cap. 18. Della minestra fatta di carne, cioè pistata .	231
cap. 19. Della fiacchezza presente .	234
cap. 20. Delle infirmita nelle quali cascano, & li Romani, & gli altri , per il modo di viuer .	237
cap. 21. Del nutrimento, quando non è vguale alle fatiche .	240
cap. 22. Della regola del viuer di quelli che vanno , & vengono a Roma .	252
cap. 23. Del viuer di quelli che di continuo si fermano a Roma .	254
cap. 24. Di quelli ch'attendono alla gola, & che stanno in otio .	256
cap. 25. De gli ambiciosi boni, & cattiu .	258
cap. 26. Delle donne grauide .	259
cap. 27. Delle donne maritate, & de' lor figliuoli .	263
cap. 28. Della Quadragesima, & della Primavera .	266
cap. 29. Delli quattro tempori dell'anno .	266
cap. 30. Del viuer moderato de gli altri tēpi, ch'è in vso a Roma .	267

L I B R O Q V I N T O .

Cap. 1. D EL prolongar la vita, & differir la vecchiezza .	271
cap. 2. Dell'effercitio delli vecchi,	278
cap. 3. Replica non molesta di slongar la vita, & di prolongar la vecchiezza .	283
cap. 4. In qual modo il latte, & gli oui conuengono alli vecchi .	285
cap. 5. In qual modo il vino potente sia di danno al vecchio , & l'acqua gli sia di vtile .	286
cap. 6. D'alcune altre cose le quali particolarmente prolungano la vecchiezza .	289
cap. 7. Il sale, & le cose salate non conuenir a vecchi .	292
cap. 8. Di quelle cose, che giouano a vecchi .	293
cap. 9. Dell'aere , in quanto che li Medici lo mettono tra vna delle sei cose non naturali .	298
cap. 10. Del moto, & del riposo .	304
cap. 11. Del bagno, & del riposo .	312
cap. 12. Del cibo, & di quello che si beue .	315
cap. 13. Del beuer fredissimo .	318
cap. 14. Del sonno, & della vigilia .	324
cap. 15. Dell'euacuatione, & repletione .	329
cap. 16. Del coito .	340
cap. 17. Delle passioni dell'animo .	342
cap. 18. Delli quattro tempori dell'anno .	349
cap. 19. Dell'inuernata .	350
cap. 20. Della primavera .	351
cap. 21. Dell'estate .	354
cap. 22. Dell'autunno .	357

TAVOLA DE' CAPITOLI

De gli ultimi dui Libri.

LIBRO PRIMO.

Cap. 1.	D I quelle cose, che in generale lubrificano il vètre. à c.	359
cap. 2.	Delli semi simili al frumento, & de' legumi.	367
cap. 3.	Delle carni in generale, & altre cose simili.	372
cap. 4.	Delli pesci.	377
cap. 5.	Delle radici.	380
cap. 6.	Delle herbe.	381
cap. 7.	Delli frutti, & massime di quelli, che durano poche hore.	385
cap. 8.	Delle specie.	390
cap. 9.	Dell'acqua comune, & medicinale.	394
cap. 10.	Delli vini.	394
cap. 11.	Del mele.	398
cap. 12.	Del Zucchero.	399

LIBRO SECONDO.

Cap. 1.	D El passeggiar della mattina.	401
cap. 2.	Del vomito.	404
cap. 3.	Del mangiar vna volta, ò due il giorno.	404
cap. 4.	Del beuer solamente dopò il cibo, & col cibo.	405
cap. 5.	Del coito, del Sole, del foco, dell'ombra, & del freddo.	406
cap. 6.	Del Bagno, & dell'ontioni.	406
cap. 7.	Del Sonno, dell'otio, & della vigilia.	407
cap. 8.	Delli Criffieri.	408
cap. 9.	Dell'ordine, che richiedono quelle cose, che lubrificano il corpo.	409
cap. 10.	Di mouer il ventre, quando le cose dette non giouano.	413

DEL



DELLI ROMANI
ET DEL CONSERVARE

LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Primo.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.



CAP. PRIMO.

S' IO vorrò proporre vn'utile, & buona regola di viuere a quelli che habitano Roma, li quali ne hanno bisogno più d'ogni altra sorte di gente, per la disuguaglianza del sito, & per la natura dell'aria, & delli venti, è necessario ch'io prima tratti qual sia il suo sito (risguardando però solo la sanità, & l'infermità) & poi la natura dell'aria, delli venti, delli tempi dell'anno, delle stagioni sue, delle acque, delli vini, & di quelle cose che sono in uso per il viuer' humano: oltre di questo, qual sorte d'huomini habitino Roma, poi che si vede molto bene, che ci è gran moltitudine di diuersè persone, nature, costumi, & essercitij; qual regola di viuer' osseruino; quanto tempo viuano; di qual sorte, & quanti mali sogliano patire: & finalmente quello c'hanno da fare, & da lasciare, acciò che ogn'vno non solo possa difender' da questi mali, & da gl'incomodi di que-

Quelli che habitano Roma, hanno bisogno d'vna regola di viuere, più che gli altri, & perche. Ciò che bisogna fare per insegnar questa regola.

A di que-

Come questa im-
presa è molto dif-
ficile, & perche.

Nissuno hà scritto
mai della regola
del viuere per la
Città di Roma.

Che l'huomo vir-
tuoso non deue
finir la calum-
nia per far bene.

L'utile che segui-
rà di questa dot-
trina.

di questa Città, ma anco viuere lungamente sani; la qual impresa non è di poca importanza, nè molto facile da fare: perche se ben varij Autori, & principalmente Hippocrate hà scritto molte cose intorno alla regola del viuere di diuersi luoghi; nondimeno tutti hanno trattato di questa materia non in particolare, ma in generale, & vniuersalmente: di modo che nessuno ancora, ch'io habbi visto, hà scritto particolarmente sopra la regola del viuere della Città di Roma. Et si come è più facile cosa saper le cose generali, & comuni, che le proprie, & particolari; così non è merauiglia, se gli antichi scrittori hanno scritto di quelle, come di cose più facili, & hanno lasciate queste, à noi, come cose più difficili: la onde s'io hauesti lasciato di trattar di questa materia in particolare, credo certo ch'io non hauerei fatto cosa alcuna di più di quello che hanno fatto essi intorno a questo soggetto. Et però s'io conoscerò ch'io possi giouare in qualche parte a questa Città, & ch'io non dica cosa alcuna sopra di ciò, io non vedo come possi fuggir il biasino dell'ingratitude: & se all'incontro io publicarò questa mia dottrina, sò certo che non mancheranno delli maldicenti, li quali con poca consideratione falsamente m'imputeranno di temerità, come che mi sia bastato l'animo di mettermi a questa impresa, alla quale nissuno mai nè antico, nè moderno hà hauuto ardire di mettersi. Nondimeno perche è cosa più honorata à un huomo nobile, & virtuoso far poca stima di questa calunnia, che per lasciar così vtile impresa, esser stimato da tutti ingrato, & da poco, darò principio à questo trattato, il quale ò dotto, ò non dotto che habbi da essere, merita al mio giudicio di esser tanto manco sprezzato, quanto più sarà conosciuto per opra nuoua, & di qualche utilità: percioche col mezzo di questa mia dottrina, non solamente quelli che sono naturalmente sani, impareranno à conseruarsi la propria sanità, mà ancora se per sorte correffero pericolo di cascar in alcuna di quelle infirmità, che sogliono venir à Roma, ò simili altri mali, conosceranno facilmente in qual modo potranno conseruarsi sani; & dubitando d'ammalarsi, quando sarà di bisogno, chiamar il medico, & quando no: similmente potrà ciascuno con poca fatica antiuedere le qualità de' tempi, & dell'anno a venire: cioè qual infermità haurà comunemente à regnar in Roma, cosí l'estate, come il verno: similmente quali pericoli si habbino da temere, con l'osservanza del viuere.



Del

Del Sito della Città di Roma.

SI come adunque la Città di Roma spesse volte è stata distrutta, & spesse volte anco riedificata, così hà acquistato varie sorti di siti, diuersi aspetti dal cielo nè luoghi particolari, & disordinata sorte di flati, & di venti, il che si vede chiaramente: perche nè tempi antichi vna gran parte della Città era situata nè Monti, adesso è quasi tutta nè luoghi bassi, per li quali passa il nobil fiume Tevere, il qual dalla sinistra ripa verso la campagna di Roma lascia vna gran parte della Città, & dalla destra verso la Toscana lascia quella parte, che si chiama Borgo, & Trastevere, li quali sono luoghi assai grandi, & spatiosi. Quella parte che guarda verso Ponente, è coperta da Monti che la difendono dal vento che viene dal Ponente, & dal Lebeccio, da quella banda però che inclina più verso il Ponente: quella parte poi che guarda verso Levante, è difesa da esso Levante, dal Sirocco, & anco in parte dal Borea: Ma dalla banda di Mezo giorno, & di Tramontana è totalmente aperta, in modo però che non inclina più da quella banda doue nasce il Sole nel colmo dell'inuernata, che da quella doue nasce nel colmo dell'estate: ma per la maggior parte risguarda vguualmente così bene il Mezo giorno, come la Tramontana, & spesso si difende da quelli mali, che portano l'Ostro, & la Tramontana à gli altri luoghi, per esser il passo libero dal Mezo giorno alla Tramontana, & dalla Tramontana al Mezo giorno: Da quella banda passa il Tevere, da questa passa il Rè de' Venti chiamato Settentrione insieme con Borea, & all'opposito passa l'Ostro con il Lebeccio; questi da Mezo giorno, quegli altri da Tramontana: & scendendo per li Monti in questo stretto canale, à guisa di un rapidissimo fiume, seffiano insieme con grandissima furia, & per la bassizza del luogo doue passano, fatti più densi di quello che non sono di sua natura, danno maggior molestia à questa Città.

Considerando poi le parti del Cielo, trouo che secondo l'opinione degli Astrologi, ella è situata sotto al clima quinto, pigliando il principio della misera del Circolo equinottiale, onde si può dir Meridiana: & per esser in vna valle (come hauemo detto) si può dir calda, come alcuni pensano: & perche è poco discosta dal mare Tirreno, & poco sotto di Terra è abondante d'acqua, quasi sempre è humida, spesso piena di nebbie, cioè offuscata dalla grossezza dell'aere; la qual cosa si può facilmente giudicare da quelli, che essendo sopra questi monti vicini la con-

Come Romano è
più nel luogo che
era anticamente.

Roma è hora nè
luoghi bassi, doue
prima era nè Mo-
nti.

Sito di Roma per
rispetto de' Monti.

In qual modo Ro-
ma si difende dal-
la Tramontana, &
dall'Ostro essendo
loro tanto esposta.

In qual modo que-
sti venti danno più
molestia à Roma
che non danno à
gli altri luoghi.

Roma è situata
sotto il clima quin-
to.

Roma è calda, &
humida, & perche

siderano con diligenza. L'inuernata è spesso sporca di fango, l'estate poi è abbondante di poluere; & per questa causa credo, che li tetti delle case, & massime delle antiche, sono carichi di terra, & di herba: ella poi è esposta al freddo della mattina, & della sera, & al caldo di mezzo giorno; & massime in quelli luoghi, che sono vicini al Tenere: Ma vi è questa differenza, che nell'inuernata fa più freddo la sera, che la mattina; & questo prouiene per li freddi vapori del fiume, li quali si leuano in gran copia & di notte, & di giorno, nè si possono risolvere per la debilità del Sole di quel tempo; ma stanno tutto il giorno per l'aria, & la notte cascano quasi tutti in un tratto à terra; & questo accade tanto più spesso, quanto più l'aria è piena di nebbia, perche all'hora è più spessa, & più fredda: onde & per la partita del Sole, & per la presenza de i vapori dell'aria, & della terra, ne seguita, che è maggior freddo la sera, che la mattina. Per il contrario, l'estate è maggior freddo la mattina, che la sera: & questo prouiene, percioche li vapori che si leuano la notte dal fiume, & dalla terra, si conseruano sin' al giorno, & qualche volta più oltre: tal che, si come per la loro grossezza, & densità ritengono più il freddo, così ancora raffreddano più; di modo, che nel leuar del Sole, ancora che in quel tempo sia gagliardissimo, nondimeno la mattina, perche li vapori non si possono così in un tratto risolvere, da qui auuiene, che anco dopò che è leuato il Sole, per un pezzo si sente notabil freddo; ma la sera si sente manco freddo, percioche i vapori, che prima si sono leuati, & che tuttauia ogn'hora si leuano, & che si trouano alti da terra, & à basso, si risoluono affatto; onde nasce, che tutti sentono maggior piacere, & sanità dall'essercitio che fanno l'estate la mattina per la città di Roma, & luoghi circonuicini, che la sera. Nè è inconueniente, che il leggier vento, che spira la mattina di uerno, & la sera d'estate, sia causa di maggior freddo; perche questo prouiene da altra ragione: atteso, che l'estate il vento leuato alla presenza del Sole, rinfresca l'aria; l'inuernata poi vi sono li vapori del Tenere più freddi, non essendoci all'hora il Sole. Oltre di questo, essendo li monti, che coprono la Città dalla banda di Leuante, & di Ponente non molto alti, la sommità delle alte case non può prohibire, che li venti, che vengono da Ponente, & da Leuante liberamente non passino: & però quelli, che habitano ne i luoghi eminenti non sentono meno il nascere, & il tramontar del Sole, di quello che facciano coloro, la cui habitazione guarda verso Leuante, & Ponente: Di modo, che in quan-

Roma è fredda la mattina & la sera, & calda nel mezzo giorno. Per qual causa la inuernata faccia più freddo in Roma la sera che la mattina.

Per qual causa l'estate faccia più freddo la mattina, che la sera.

Come la mattina di uerno, & la sera di estate faccia maggior freddo.

to alle habitationi, che sono ne i luoghi alti, & eminenti, la città di Roma ha ugual positura in ogni luogo. Ma considerando poi le fabbriche in particolare, vi è notabil differenza: percioche alcuna guarda a Leuante, alcuna a Ponente, quella a Tramontana, & quest'altra verso Mezo giorno: onde accade, che la regione di Borgo, & quella che si chiama l'Hortaccio, percioche guardano verso Mezo giorno, patiscono assai & dall'Ostro, & dal Lebeccio: & questo accade, percioche Borgo è circondato dal Ianicolo, cioè dal monte doue è S. Pietro Montorio, & altri monti vicini al Vaticano, doue è il Palazzo del Papa, & dal Corritore di Castello. L'Hortaccio poi è circondato dal monte Quirinale, cioè da monte Cauallo, da quello della Trinità, & da i muri della Città: quando adunque questi venti spirano, nè possono per li detti impedimenti passar più oltre, iui si fermano, & si condensano, & à guisa di acqua stagnata si fanno più grossi; il che se bene non si comprende euidentemente dal senso, (& questo accade perche l'aria non si vede) è almeno manifesto alla ragione: onde ne seguita, che regnando questi venti, vi è sempre maggior quantità d'infermi in questi luoghi, che in qual si voglia altra regione di Roma. Et è cosa verisimile, che quelli che iui habitano, se lungo tempo vi si fermano, diuentino più pigri, & più deboli, & che si sentino le loro teste più humide, & più pituitose. Per il contrario poi quelli che habitano intorno alle radici del Campidoglio, & le parti iui circonuicine, sono molto più sani; & quelli che nascono, & viuono in quelle bande, sono molto più vigorosi, & hanno la testa più forte, & viuono più lungo tempo; ilche accade, perche guardano principalmente verso la Tramontana, la quale con la sua frigidità, & siccità, caccia da se ogni sorte di putredine, alla qual l'huomo è molto inclinato; nè manco quel vento può esser impedito dal monte, perche non passi più oltre.

Per qual causa la regione di Borgo, & dell'Hortaccio patiscono assai da l'Ostro, & da Garbino.

Ciò che si sentono quelli che habitano in Borgho, & l'Hortaccio.

Per qual causa quelli che habitano le radici del Campidoglio sono più sani.

Dell'aria di Roma. Cap. II.

FIN hora mi pare d'hauer detto assai del sito della città di Roma, & tanto quanto basta à questo proposito, hora è conueniente trattare dell'Aria; & già è cosa tanto chiara, che non fa bisogno prouarla, che l'aria è più potente ad alterar l'huomo, ch'ogni altra cosa inanimata: percioche si può alle volte guardar da qual si voglia altra cosa; ma

Che l'aria è più potente ad alterar l'huomo, che ogni altra cosa inanimata.

poi non se può cessar mai di tirar l'aria con la respiratione, & in somma di esser continuamente nell'aria: laqual se bene nella città di Roma si stima universalmente, & dalla maggior parte che sia calda, & humida, realmente però ne i monti è fredda, & secca: secca, percioche i monti, hauendo poca copia d'acqua, sono habitati da poca gente: è poi fredda, percioche; essendo li monti aperti, e gobbi, sono causa, che li vapori caldi non si condensano, ma facilmente si risolvano; & li raggi del Sole, li quali con la sua riflessione retta causano maggior caldo, quando sono obtrusi, & obliqui fanno l'opposito effetto: Per il contrario, nella parte piana l'aria è molto più calda, e più humida; calda, cioè (purchè non vi sia impedimento di venti, o di qualche altra simil causa) percioche questa valle è un luogo cauo, il quale per esser circondato da monti, non può hauer la debita respiratione: è poi humida, non solo perche vi è copia d'acque, ma ancora per l'abondanza delle cose humide, atte al viuer humano, che nascono dalla terra. Oltra di questo, l'aria ne i monti è più leggiera, più rara, & più sottile; nella valle è più graue, più densa, & più grossa: ilche accade, perche le cose graui scendono di sua natura al fondo, & in particolare li vapori del fiume, per la sua corpulentia stanno al basso: talche l'aria in questa regione è sempre più cattina, l'estate almeno, per la poluere, & massime à quelli, che habitano le stanze terrene; l'inuernata poi per la densità, grauità, & grossezza sua. Oltra di questo è molto più fredda nelle strade non molto larghe, & massime che siano circondate da case alte; alle quali nè per l'inuerno, nè per una gran parte dell'autunno li raggi del Sole possono quasi mai penetrare. Il che si conosce manifestamente da quelli, che nello smontar del Sole indi passano: percioche sentono molto maggior freddo, che non fanno nelle larghe piazze. Di tal sorte è Borgo vecchio; di tal sorte è quella via, che va da Torre sanguigna in Banchi; di tal sorte sono alcuni cortili di case, & palazzi molto eleuati. Talche, si come manifestamente si comprende, che questi luoghi sono molto nociui, per la sua frigidità grossa, densa, & dura; così mi pare ben fatto à dire, che la via, per la quale drittamente si camina da Castello à S. Pietro, al tempo dell'estate, dalle hore xv. sino alle xx. esser caldissima, per la riflessione delli dritti, & potenti raggi, fatta da ogni banda; & che tutti quelli, che di tal hora indi passano, mettono la sua sanità à gran pericolo: percioche, se pian piano caminano, come si deue fare l'estate, sono abbruscicati dall'ardentissimo Sole, il quale più longo tempo li percote; se anco si risol-

uono

L'aria à Roma ne i monti è fredda, & secca, & la causa perche.

Per qual causa l'aria ne i luoghi piani è calda, & humida.

Un'altra differenza tra l'aria di Roma, & tra le parti più alte.

Le strade doue non penetra il Sole sono sempre fredde.

La strada che va da Castello à San Pietro l'estate dalle hore xv. alle xx. è sempre caldissima.

uono d'affrettare il passo, (si come comanda Hippocrate nel libro del viuer priuato, che si deue far sotto al Sole al tempo dell'estate) nel respirare quasi si soffocano da quello ardentissimo aere: dalle quali ragioni benchè si conosca che quest'aere è molto vario; nondimeno è molto più vario nella valle: percioche mattina, & sera è sempre freddo; di mezzo giorno è caldo; & così è quasi sempre l'Autunno: il che prouiene da quelle cause, che già habbiamo detto.

Onde auuiene, che quelli Chirurghi, che per anticipar tempo, inanti il giorno, o nell'aurora scuoprono le ferite, o ulcere de' loro infermi, & massime nella testa, apportano più nocumento, che utile: percioche il freddo (si come dice Hippocrate nel v. de gli Aphor.) morfica le piaghe, & è inimico al ceruello: nel mezzo giorno poi è molto più caldo; percioche l'aere denso nella valle, che naturalmente è calda, si scalda anco più per li raggi del Sole: & non solo ritiene il caldo molto più per esser denso, che non faria se fosse raro; ma lo imprime ancora ne i nostri corpi. Onde non è marauiglia, se nell'estate, nel principio dell'autunno, & nel fine della primavera spesso volte si fa tanto caldo, che in un certo modo soffoca le persone. Essendo adunque l'aere così vario, & soggetto alle repentine mutazioni dall'un contrario all'altro, le quali la natura in conto alcuno non può tollerare; da qui nasce, ch'è tanto contrario alla sanità: percioche la sanità non si conferua con la incostante varietà delle cose, ma con la concordia, & con fermo ordine delle cause sue.

In somma pare che sia molto simile ai venti meridionali: percioche esso, si come quelli empie, & graua la testa, & humetta sopra modo ciascuno delli membri interiori del corpo humano: Di modo che se i cibi Romani non dessero poco nutrimento in comparatione della sua quantità, (si come a basso meglio si dichiarerà) spesso accaderia, & anco faria più utile, beuer, & mangiar assai manco in Roma, che in molti altri luoghi. Et questo si conosce chiaramente: percioche, si come spirando l'Austro, o con nebbia, o con pioggia, ne cessa la fame & la sete; così sentiamo il medesimo effetto da quest'aria, poiche è simile al vento dell'Austro. Ma perche i cibi nascono quà ne i luoghi acquosi; ouero se d'altroue si conducono, si alterano di maggior humidità, & in certo modo s'infroliscono da quest'aria, doue si fermano alquanto prima che si consumino, (si come a basso si dichiarerà) & si come sono d'una sostanza molle, & facilmente risolubile, così il nostro corpo, perche di essi si nutrisce, si rende molle, humido, & di

facile

L'aere di Roma è in ogni loco vario, ma più nella valle, & la causa perche.

Nota l'errore d'alcuni Chirurghi di Roma.

In qual modo nel mezzo giorno è tanto caldo l'estate à Roma.

Per qual causa l'aria di Roma, è tanto contraria alla sanità.

Come l'aria di Roma è simile ai venti meridionali.

Nel spirar dell'Austro cessa la fame, & la sete.

L'aria di Roma fa il medesimo effetto dell'Austro.

Li cibi di Roma sono molli, & risolubili.

facile resolutione: talche se più, ò almeno due volte il giorno l'huomo non si cibasse, a pena si potria mantenere, purchè altro non ci fosse in contrario: & questo si conosce manifestamente con l'esempio del pane, il qual mangiamo ogni giorno: percioche, se si mette al Sole, accioche s'essichi alquanto, nutrisce molto più, ancor che si pigli in eguale quantità; che non fa quello, il qual riposto in vn luogo caldo, & humido, si fa molle, & tenero.

Oltra di questo è da sapere, che quelli corpi, che presto tirano a se l'aria, & che facilmente s'alterano dal caldo, & dall'humido, facilmente ancora si corrompono, & si putrefanno; il che accade, perche l'aria spesso entra, & penetra sino all'intimo de i corpi; & perche è più denso, & più grosso che non conuiene, troppo li empie; & perche anco è humido, conturba, debilita, mollifica, & risolue la natural costanza, fermezza, & solidità del nostro corpo; & perche anco è caldo, leua, & corrompe il calor naturale dal suo tenore; & da questo non può seguire altro, che putrefattione, per esser congiunto questo calore con humidità: la qual cosa si conoscerà esser chiara con l'esempio del frumento, il quale prima che l'estate si riponga ne i granari de i luoghi a bassi di questa Città, si fa scaldare, & asciugare; & questo più facilmente si riscalda, si corrompe, & puzza, che se fosse stato riposto manco secco, & manco caldo; percioche quello, per esser secco, & caldo, tira molto più l'humore a se, che non fa quell'altro, ch'è più pieno, & più freddo; & di tal sorte è anco il marmo quando è abbruscato, perche all'hora beue maggior quantità d'humore, & più facilmente si corrompe. Per la qual cosa quelli, che per qualche infermità si sono molto smagriti, & che cercano di racquistar la perdita sanità, non è bene, c'habitino più in questi luoghi bassi, ma nelli monti, ò in qualche altro luogo simile: Talche, se il corpo non hauerà la debita transpiratione, & le vie, per le quali si fa l'espulsione de gli escrementi, & la distribuzione del nutrimento, com'è nel fegato, nelle vene, & nelle arterie, saranno chiuse: si come l'Austro più facilmente entra che non esce; così quest'aria ritenuta, rende l'huomo soggetto alle putredini. Ma se il corpo hauerà la debita respirazione, & li meati della distribuzione, & dell'espulsione saranno aperti, quanto più facilmente suapora, tanto manco putredine può causare. In somma, si come al tempo dell'Austro nebuloso, ò pluuioso li pesci presi, non potendo tirar acqua, se tirano, & ritengono quest'aria, ben presto si corrompono, & puzzano; così il nostro corpo, circondato da questo

aria,

Il pane secco nutrice più chel'humido.

Li corpi che facilmente riceuono l'aria, facilmente anco si corrompono, & per qual causa.

La putredine de' corpi onde nasce.

Il frumento scaldato, & asciugato si corrompe più facilmente che se farà manco caldo, & manco secco, & la causa di questo effetto.

Quelli che sono smagriti, & cercano d'ingrassarsi, debbono habitare ne' luoghi alti, & non bassi.

Come l'Austro più facilmente entra che non esce.

Come li pesci si corrompono. In qual modo li corpi si corrompono.

aria, & in essa respirando, se non hauerà le debite transpirationi (come habbiamo detto) nel ritenerla si altera, & si corrompe, si conturba, & si rende più facile alla putredine. Appresso, l'huomo deue sempre hauer a memoria, che si come l'aria in questi luoghi infracidisce presto, & velocemente il frumento, & tutte quelle cose, che ne nutriscono; così di continuo rende li nostri corpi languidi, & fiacchi; onde non è poi marauiglia, se non possono tolerare vna copiosa euacuatione di sangue, nè alcuna notabile purgatione.

Ma alcuni vanno dubitando, se queste nuoue fontane incominciate già da Pio iij. & hora ridotte al fine da Gregorio xij. possono portar qualche nocumento in questo fatto: il qual dubbio non è senza ragione; perche, si come il Teuere con li suoi vapori rende humidi tutti quelli luoghi vicini, per i quali passa; così s'imaginano, che queste fonti, per esser in certo modo simili al fiume, facciano anco vn effetto alquanto simile. Ma perche non sono la millesima parte del Teuere, non potrà così poca acqua portar nocumento, che meriti esser paragonato con quello del fiume. È ben vero, che se si fermasse in qualche luogo, & crescesse in gran quantità, non è dubbio, che con li suoi vapori portaria tanto nocumento, quanto suol fare il fiume. Però io stimo, che non occorra hauer paura di questo, purchè non accada qualche altra cosa; tanto più, perche non si truoua, che anticamente la Città patisse mal alcuno per questo, ancor che fosse più copiosa di fonti, che non è al presente: & che ciò sia vero, non s'è esseruato sin'hora, ch'alla fontana di Triuio, doue sempre scaturisce acqua in gran copia, sia occorso per questo, ch'alcuno habbia sentito particolar nocumento.

È ben vero, che gli acquedotti, che sono sotto terra possono portar qualche danno; percioche non s'è ancora potuto proibire, che non colino gran quantità d'acqua, & che ampliandosi pian piano in gran copia sotto terra, non rendino grande humidità nel terreno vicino, & anco alquanto discosto, come si vede nelle cantine, le quali in ogni luogo si truouano piene di questa acqua; al qual disordine se non si truoua qualche prouisione, è gran pericolo, che nell'estate, nella quale per sorte non pioua, che il caldo del Sole acceso, & congiunto con quello vapore grosso, & denso, non partorisca a corpi humani gran vigilia, angustia, indigestione, & poi dolori di testa, & febbri di qualche momento; & questo è da credere, perche il caldo della state non potrà risolvere, & consumare, se non con difficoltà, quello raddoppiato humore.

In qual modo li corpi si corrompono.

Per qual causa li corpi non possono tolerare alcuna copiosa euacuatione.

Dubbio delle nuoue fontane di Roma.

Soluzione del dubbio.

Come potriano le nuoue fontane far danno.

Come Roma anticamente non patiu mal alcuno per queste fontane.

Come gli acquedotti sotto terra possono portar danno.

Quali mali possono nascere dell' sudette cause.

FIN hora hauemo trattato dell' aria, hora parleremo delli venti, & già hanemo dichiarato quali, & di qual sorte sono i venti che regnano a Roma, cioè che da Settentrione viene la Tramontana, & l'Aquilone chiamato da alcuni Borea, & da altri Greco; da mezzo giorno viene l'Austro, & il Libeccio, chiamato da alcuni Garbino; & questi tutti quanto più stanno alti, & sopra i monti, sono tanto più leggeri, & più sinceri, & quanto più lassando i monti, s'accostano a terra, & alla valle, sono tanto più graui, & tanto più immondi, & così a quel modo sono migliori, & a questo sono peggiori.

Ma parlando in vniuersale, quelli che vengono da Settentrione, sono sempre più sani, che gli altri venti; per il contrario quelli, che vengono da mezzo giorno, sono causa di maggior infirmità; & questo dico, perche mi pare, che mi conuenga dir prima qualche cosa in generale di questi venti, accioche quando si verrà al particolare di Roma, io più facilmente sia inteso. Quelli adunque che vengono da Settentrione, cacciano tutte le nebbie, rendono l'aria trasparente, & chiara, leuano l'humor superfluo a i corpi, & fanno li spiriti chiari, & mentre che corrono tanta efficacia raffreddano, sono causa, che il calor naturale meglio si mantiene; pur che però non sia ridotto a gran debilità. Questi altri per il contrario che vengono da mezzo giorno, fanno spesso volte l'aria, se è splendida, tenebrosa; s'è fredda, calda; s'è secca; humida: insomma, si come conturbano li vini, & gli altri licori, riposti nelli loro vasi, così co' l'confonder, & conturbar li spiriti, & gli humori del nostro corpo; portano gran danno a gli huomini: Anzi, si come quelli con la sua frigidità, & siccità, ò proibiscono, ò almeno tardano che il seme gittato a terra, non nasca; & questi quanto più affrettano il loro nascimento con la loro calidità; & humidità, & poi ch'è nato, lo rendono facile alla putredine, tanto più quelli proibiscono, che non si generino morbi corrotti nel corpo humano, e non lasciano crescer quelli, che sono già generati; per il contrario questi sono causa del nascimento de' morbi, & danno fomento, & aumento a quelli, che già hanno incominciato. Talmente che essendo quelli freddi, & secchi, & questi caldi, & humidati, non solo in se, ma ancora in comparatione del nostro corpo, si come sono contrarij l'un l'altro, così quando regnano, sono causa, che ne' corpi se facciano contrarie mutationi, atteso che li venti Settentrionali

Quali vèti regnano a Roma.

Li venti quãto più stanno alti, tanto più si fanno leggeri.

In qual modo li venti che regnano a Roma sono buoni, & cattiu.

Come li venti Settentrionali sono sani, & li Meridionali sono mal sani.

In qual modo li venti Settentrionali causano sanità.

In qual modo li venti Meridionali causano infirmità.

Effetti de' venti Settentrionali.

nali quando regnano, condensano, & consolidano li corpi, li rendono più atti, & più espediti al moto, più colorati, & più pronti al senso dell'udito, essiccano li membri interiori, mordono gli occhi, & inaspmano quei dolori, che già per qualche altra causa haueranno hauuto principio nel petto; per il contrario li Meridiani risoluono, & humettano la testa, causano vertigine, noccono a gli occhi, & in somma portano gran fiacchezza, & debilità all'huomo: In modo che quando li Settentrionali saranno più potenti, all' hora ne i mali si scuoprono tosse, dolor delle fauci, durezza di ventre, difficoltà d'urina, horrore, dolore di coste, & di petto. Ma quando regnano li Meridiani, gli huomini patiranno debilità d'udire, caligine d'occhi, grauità di testa, pigrezza di corpo: di più, se alcuno hauerà delle ulcere, massime in bocca, ò nelle parti vergognose, saranno più humide, & più pituitose del solito; appresso gli huomini all' hora non si possono indurre a mangiare, & a bere, per hauer la testa graue, & debole, non solo perche il mangiar troppo graua anco più, ma anco, perche quelli c'hanno la testa debole, non possono beuer assai.

Di più, questi venti nebulosi sono peggiori di quelli, che portano serenità, percioche riempiono più, & più presto la testa, & tutto l' corpo, & fanno strettezza di petto. Ma questi, cioè li sereni, perche sono più caldi, se in qualche luogo sono ritenuti, & non hanno l'esito libero, all' hora si fanno peggiori, che quelli che portano pioggia; & quanto più si riposano, perche più lungo tempo si ritengono, tanto più sono di cattiu natura: & la ragione è questa, percioche spirando essi tutti per il viaggio del Sole, dal mezzo giorno, & poi passando per il mare prima che vengano a noi, è necessario che caminino per i luoghi caldi, & secchi, & acquistino la calidità, & la siccità, come si vede nel passar che fanno per la Libia, doue consumano le herbe, & le piante, & nascostamente essiccano gli huomini; il che accade, perche non trouando nè mari, nè fiumi, da i quali possano pigliar alcuno humore, lo cauano da gli animali, & dalle piante; ma quando passano il mare, se lo trouano tranquillo, & quieto, & li luoghi di terra vicini a noi, non siano humidati, arriuano a noi con serenità. Ma se il mare sarà turbato, ouero nelle nostre bande si trouerà grande humidità, il che sarà ò per pioggia, ò per qualche altra causa, tal volta verranno con nebbia, tal volta con pioggia, secondo che i vapori saranno più, & meno, ma sempre conseruaranno in se stessi il primo calore, come quello, ch'è quasi a loro naturale; il qual calore, quanto più è molesto ne' venti nebulosi, tanto più li venti

Effetti de' venti Meridiani.

Li mali che nascono per li venti Settentrionali.

Li mali che nascono per li venti Meridionali.

Come li venti nebulosi sono peggiori che li sereni.

Come li venti sereni sono peggiori che quelli che portano pioggia.

Per qual causa li venti sereni sono peggiori che quelli che portano pioggia.

Nota il viaggio che fanno i venti Meridionali.

In qual modo li venti Meridionali portano serenità, ò pioggia, ò nebbia.

nebulosi sono peggiori di tutti gli altri; & quanto più il calor è rimesso nelle piogge, tanto manco nociui sono questi venti al tempo dell'estate, che non sono quelli che portano serenità; e tanto più, quando & questi & quelli si fermano in qualche luogo. Onde auenne in Roma l'anno 1566, nel qual regno l'Austro con siccità, in quei luoghi doue il vento dell'Austro era ritenuto, furon molto più amalati, che nell'estate inanti del 1565. nella quale regno l'Austro con la pioggia; altrimenti poi se saranno sereni, & che passino al suo viaggio, nè si fermino in luogo alcuno, sono sempre di miglior natura, che quelli, che portano pioggia: percioche questi, lasciando di dietro la pioggia, in un certo modo si trattengono, & così (parlando in generale) le stagioni dell'anno secche, (si come Hippocrate dice nel terzo de gli Aphor.) sono sempre più sane, & manco mortali, che quelle, che portano pioggia, & humidità.

Ma venendo al particolare della città di Roma, perche corrono per questo canale, riempiono le vene, le arterie, il petto, & la testa d'uno grosso, & denso uapore, doue per la grande copia loro, & per il grande impeto del vento, essendo senza misura tirati a se & da i polmoni, & dalle arterie, tanto s'accumulano, & s'inspessiscono, che facilmente si conuertono in acqua, in quell'istesso modo, che le colonne di marmo sudano nelle grandi nebbie; & così essendo copiosi, non solo in testa, ma in tutto il corpo, & hauendo acquistato una qualità contra natura, da qua auuene, che gli huomini patiscono febbri putride, & massime con offesa di testa, la qual per tal causa più di tutti gli altri membri si riempie: & si come di fuori si uede, che i muri percossi da questi venti s'imbrattano d'una certa muffa, hora pallida, hora gialla, hora verde, & hora nera; & si come accade di alcuni liquori, che con poca consideratione, & diligenza si ripongono ne i vasi, onde poi facilmente si corrompono, & si putrefanno; così accade in questi tempi con gli humori ne' nostri corpi, come interuenne l'estate dell'anno 1566. nella quale ogni giorno soffiaua hora Libeccio, hora l'Austro con perpetua serenità; & tanto durò, che in Borgo, & nell'Hortaccio si trouauano molto più febricitanti, & massime con lesione di testa, che in qual si voglia altra parte di Roma.

Et benchè molti Medici fossero d'opinione, che la causa di questa infermità nell'Hortaccio, non s'attribuisse a questi venti, ma più presto all'acqua della fontana di Triuio, la quale all'hora era sparsa per quella regione, & fermatasi per un pezzo, hauena empito molti di quelli luoghi di gran quantità di fango. Ma realmente, perche interuenne

Nota i mali che furono in Roma. 1566.

Nota i mali che furono in Roma. 1565.

Come le stagioni secche, sono più sane che le humide.

Gli effetti cattiuu che fanno le stagioni humide in Roma.

Come la testa patisce più che gli altri membri da venti.

I mali che regnoro in Borgo, & nell'Hortaccio, l'anno 1566.

teruenne il medesimo effetto & in Borgo, & in molti altri luoghi, doue non era nè fango, nè acqua stagnante, è cosa più probabile, che quelle infermità hauessero origine più da questi venti, che da quella causa, ch'essi s'imaginauano: Et si come ne i luoghi nominati questi venti sono cattiuu, così sono pessimi intorno a Santo Spirito, & più in giù, & in su; percioche sono portati per il Tenere con un lungo tratto. Ma se questi venti non saranno tratti in luogo alcuno per la Città, & potranno andar liberamente per tutto, all'hora porteranno ò nissuno, ò molto minor nocumento: se anco spirando questi all'incontro soffiaranno li venti Settentrionali, all'hora cessaranno tutti i mali, che possono nascer da quelli, si come fu l'estate del 1577. nel quale dalla mattina fin a sera regnauano li Meridiani, & li Settentrionali dopo questi, & alle volte di notte, ancor che ci fosse gran copia di sputi corrottibili, & di poca durata, con tutto ciò ci furono pochissimi amalati.

Nondimeno, ancor che i venti Settentrionali siano più sani, che tutti gli altri; in modo, che quello, c'ha scritto il libro del morbo sacro (ch'alcuni vogliono che sia d'Hippocrate) ha detto chiaramente, che questi venti sono tanto salubri, che conferuano, & cacciano nel ceruello tutto quello, ch'è di somma sanità; & per il contrario, cacciano fuori per ogni intorno, tutte le superflue humidità, & tutto quello, che possa causare qualche infermità: Nondimeno nella città di Roma, perche sono molto densi, spirano come rapidi fiumi, & raumati in un luogo, accrescono più le proprie forze, & producono grandissimo freddo, & tale, che l'huomo con difficoltà lo può tolerare; & se in qualche luogo si trattengono, & si fermano, sono causa di così gran mali, quanto sono li Meridiani: percioche fermandosi, si corrompono, nel modo che fa l'acqua, che non si moue, & per quella putredine è necessario, che producano qualche infermità.

Oltra di questo ne seguita un altro effetto da questi venti per il sito delle regioni, & luoghi onde passano, che scontrandosi l'un l'altro, si fanno di freddi caldi, & di secchi humidi; si come accade dalla porta del Popolo a S. Spirito, & da ponte Sisto a Ripa, doue riempiono tutte quelle case opposte d'humore, per la grande humidità, che trouano nel fiume, le quali, se bene sono situate in una regione calda, non altrimenti sono trattate, come se fossero esposte all'Austro nebuloso.

Di questa maniera ancora li venti, che vengono da Ponente, alterano tutte quelle case, che sono da S. Spirito a ponte Sisto, & massime

In qual loco di Roma questi venti sono più cattiuu.

I venti Settentrionali distruggono tutti i mali che possono nascer da venti Australi.

Nota quello che seguì l'anno 1577.

Ville che portano i venti Settentrionali secondo Hippocrate.

In qual modo i venti Settentrionali causano infirmità.

Quando i venti Settentrionali causano tanti mali, quanto li Meridiani.

Come, & doue i venti Settentrionali si facciano di freddi caldi, & di secchi humidi.

sime quelle, che sono a canto a strada Giulia; così ancora il vento Maestro, che spira tra Settentrione, & Ponente, per incontrarsi col Teuere, riempie di humidi vapori tutto l'Hortaccio.

Per il contrario il Greco Leuante soffia verso il palazzo del Papa, & non la Tramontana, si come molti si pensano: Percioche questo, se bene passa per i prati humidi iui vicini, li quali sono affatto senza stagni, & se pure vi è qualche humidità, ella è essiccata dallo spirare quasi continuo di quel vento: onde non è da pensare, che vi abondino perpetue humidità, come fanno nel fiume, il quale mai s'essicca; (si come si può facilmente vedere) da qui nasce, che questo vento non humido, ma secco percuote il palazzo Papale. E' anco da sapere, che si come l'aria della mattina è più pericolosa, per la grande mutatione di freddo; così anco è il vento della mattina: percioche nascendo ambidue da Leuante, quasi tutti sono nocivi a questa Città, & massime a quelli, che habitano vicino al fiume; il che accade, perche quando il Sole nasce di sotto terra, & che salisce alto, con la sua forza, & impeto caccia tutto quello humore, che si truoua nell'aria, inanti giorno, il qual toccando la Città, & iui truouando li vapori della notte, si fa più grosso, più denso, & più freddo; ma è anco peggiore in qualche luogo (come hauemo detto) quanto più s'incontra con il Teuere, cioè da S. Spirito sin a ponte Sisto, quanto manco il Ponente, & il Leuante percuotono la Città, che non fa l'Austro, & l'Aquilone, per causa delli Monti, (come habbiamo detto) tanto manco molestia li daranno. Et questo basta dir delli venti.

Qual vento percuote il Palazzo del PAPA.

Come i prati non hanno stagni.

Come l'humidità de' prati è essiccata da questo vento.

Come il vento che percuote il palazzo è secco, & non humido.

Come l'aria, & il vento della mattina è pericoloso.

In qual modo il vento della mattina, è nocivo alla città di Roma.

Delle stagioni dell' Anno.

Dell' Anno Salubre. Cap. IIII.

Quando l'anno ha da esser salubre, come deue esser l'Autunno, & l'inuernata.

HORA quanto alle stagioni dell' anno, è verisimile, che quello sarà salubre, nel quale l'autunno tanto pioua, quanto la siccità dell' estate inanti, si possa contemperare, & l'inuernata sia temperata, cioè nè troppo tepida, nè più fredda di quello, che comporta la natura del luogo; quello, accioche i corpi nel principio della primavera troppo rilassati per quello tepore, non si risoluano; questo, accioche non si costringano troppo per il gran freddo, talche poi nel principio della primavera

manera causino qualche putredine: la primavera poi piace sempre più serena, che piovosa; si come in questa Città tanto humida, il tempo sereno è sempre più desiderato, che il piovoso; & poi, se nella primavera, & nell'estate verranno a tempi debiti piogge tali, che il caldo di quel tempo sia tollerabile. Percioche se il Sole in Europa, & a Roma non si fermasse sopra terra nè poco, nè molto, ma mediocrementemente a paragone de' gli altri luoghi, non occorrerebbe hauer timore, che l'estate quà facesse troppo caldo, nè l'inuernata troppo freddo; ma perche l'estate habbiamo più di quindici hore di Sole, l'inuernata manco di noue, è necessario, che gli huomini patiscano assai, & per lo troppo caldo, & per lo troppo freddo; & tanto più, perche la natura non può tolerare li grandi eccessi: & per questo l'anno non può esser salubre, se questi due grandi estremi non sono contemperati da qualche causa esteriore. Sò bene che vi sono alcuni, li quali si pensano, che l'estate habbia da esser calidissima, & l'inuernata frigidissima; ma questi non hanno nè ragione, nè esperienza in suo fauore: percioche in molti luoghi del mondo, doue è l'estate, & l'inuernata sono temperati, iui gli huomini viuono più lungo tempo, & con maggior sanità.

Adunque in quello autunno, nel quale l'herbe, & le piante per la lunga siccità dell'estate inanti, perche hanno perduto li frutti, & le foglie, sentono grande penuria di nodrimento; se seguita una pioggia assai copiosa, non solo le terre seminate si rimetteranno, & la troppa siccità dell'estate inanti molto calda, si contempererà, ma anco s'indolcirà l'asprezza del freddo, che si potrà temere l'inuernata seguente: onde la terra, soprauenendo poi le piogge, trattiene in se stessa il caldo; & questo si conosce esser vero dalle fontane, che l'estate sono fredde, & l'inuernata sono calde, (si come a basso meglio dichiareremo) & di più manda da se all' insù nell' aria i suoi vapori, ò tepidi, ò almeno non freddi, & a questo modo sminuisce quella sua somma frigidità, non lasciando però la proportion di minor inegualità, (come si dice). Percioche, si come la terra nell'estate è fatta più calda, ancor che il Sole sia declinato, si come è quando è in Leone, ò quando si parte da Mezo giorno, & è causa di maggior caldo, per l'essalatione de' i focoli vapori; così per il contrario l'inuernata condensata per le piogge dell'autunno, & riscaldata in se stessa estingue, ò almeno sminuisce la veementia del freddo, come che sia mancato uno de' gli agenti d'esso freddo; & in somma rende l'inuernata molto temperata.

Come deue esser la primavera.

Quando le piogge sono buone.

Quante hore è il giorno l'estate di Roma, & quante l'inuerno.

Come l'estate non deue esser calidissima, nè l'inuernata frigidissima, contra l'opinione d'alcuni.

L'utile che porta la pioggia d'estate, & d'autunno, quando sono molto caldi.

Come il fine della estate è sempre più caldo, che nel mezzo, & perche.

In qual modo l'inuernata riesce più temperata.

Et

Quando l'autunno piove assai, l'inuvernata sarà tepida; ma se non piove niente, sarà aspera.

Dubbio.

Solutione del Dubbio.

Il freddo non può ascender, come fa il caldo.

Come li vapori caldi ascendano.

Quando le piogge sono vtili la primavera.

Quando le piogge sono vtili l'estate.

Le piogge d'estate portano danno, se non piove di primavera.

Et così se l'autunno piovè assai, par che si possa dire, che l'inuvernata ha da esser tepida, se niente, aspera; pur che però questo pronostico non sia impedito da venti, nati da qualche stravagante accidente. Ma alcuno potrà dubitare intorno a questo soggetto; essendo la terra, al tempo dell'estate fredda di dentro, in qual modo accende ella il calore, & per qual causa non manda all'insù li vapori freddi? & perche non rinfresca l'aria? per il contrario, l'inuvernata essendo fredda di fuori per le piogge dell'autunno passato, perche non accresce la frigidità dell'aria? A questo si risponde, prima ch'il freddo della terra all'inuvernata non è tanto, che possa crescer la frigidità dell'aria intorno intorno, perche quel freddo è tutto di fuori nella superficie: percioche nascendo quel freddo dall'aria in intorno, non può crescer quella frigidità in maggior grado di quello, che sia l'aria istessa; & poi quella ragione non è uguale, se bene pare, che così sia: percioche il vapor freddo, perche di sua natura è grave, & per questo anco va al basso quando il caldo ha già preso il possesso del luogo di sopra, non solo non può ascender, ma più presto discende, & da lui si parte, onde nasce ch'alla estate li freddi vapori, che seno dentro della terra non vanno all'insù, verso l'aria esteriore, nè manco lo possono rinfrescare; per il contrario il vapor caldo perche di sua natura è leggiero, & va all'insù, sia pur il luogo superiore, o freddo, o caldo, sempre camina verso quella parte, & seco si mescola: & se bene pare che per la condensatione della terra fatta dalle piogge dell'inuvernata, li vapori non possano ascender perche gli sia serrata la strada, nondimeno non è così serrata da ogni banda, ch'essendo sottili, & leggeri, non passino per le angustissime sue parti, & saliscano in alto. Et questo basta hauer detto dell'Autunno, & dell'inuvernata, di qual sorte hanno da esser, perche l'Anno sia salubre.

Ma le piogge saranno a tempo la Primavera, se verranno mentre che il Sole esce dall'Ariete, & passa per il Tauro; nell'estate poi se verranno pian piano, & spesso in quel tempo, che il Sole, abbandonando il Cancro, passa per il segno di Leone: Percioche quelle, oltra che somministrano a quelle cose, che nascono dalle piante & il nutrimento, & l'augmento, proibiscono ancora, che il caldo non si faccia in un subito sentire, ancorche il Sole vada ogni giorno più in alzandosi, & che non vada augumentandosi fin al mezzo dell'estate, cosa che la natura non può così facilmente tollerare: ma quelle dell'estate smorzano il caldo, che già ha incominciato a scuoprirsi, & a questo modo l'vne, & l'altre insieme fanno quella stagione più tollerabile, & tanto più perche quelle d'estate

d'estate solamente, se quelle della primavera non fossero venute inanti, portariano molto maggior nocumento, si come a basso si dichiarerà.

Ma se alcuno, volendo contradire a questa mia opinione, dirà, che le piogge, si come smorzano il freddo all'inuvernata, così douerebbero non rinfrescare il caldo, ma accrescerlo; ha da sapere, ch'esse, quando è freddo, producono tepidità; & quando caldo, freddo: & questo accade, non per simile, ma per dissimile ragione, perche fanno l'ufficio di contrario all'vno, & all'altro.

Di più è da sapere, che l'estate, quanto più vicino è a noi il Sole, tanto più si scosta da i luoghi Australi: Per il contrario l'inuvernata, quanto più si scosta da noi, tanto più s'accosta a i detti luoghi; onde nasce, che quelli luoghi sono più freddi, quando a noi è estate; & più caldi, quando a noi è inuvernata: Onde auuicene, che i venti, che vengono da quelle bande, si come al tempo della nostra estate, portano seco freddo; così al tempo della nostra inuvernata, portano caldo: & per questo non è marauiglia, se le piogge che vengono da Austro, o da Libeccio al tempo dell'estate rinfreschino, all'inuvernata intepidiscano. Se adunque nell'autunno tanto piovè, che si possa contemperare l'aridità dell'estate passata, & il freddo dell'inuvernata ch'ha da venire, nella primavera poi & nell'estate, quanto facilmente si possa comportare il caldo ch'ha da venire, s'ha da sperare che quell'anno ha da esser salubre: Così pare che voglia sentire Aristotele nell'ottauo dell'istoria de gli animali, al capit. 19. mentre che dice: Delle piogge, quelle che vengono l'estate, sono più delle altre commode alla maggior parte de' pesci, & massimamente quando la primavera, l'estate, & l'autunno hanno abondanza di piogge, & per il contrario l'inuvernata sarà rara serena; & direi quasi in somma, che quando l'anno succede sano a gli huomini, all'hora succede ancora a' pesci il viner felicemente. Hippocrate poi parla più chiaro nel lib. dell'aria, & de' luoghi; che se nello scender, & nel leuar delle stelle, i segni saranno secondo la ragione, & nell'autunno vi sia abondanza d'acqua, & l'inuvernata temperata, talche non sia molto piaceuole, nè troppo fredda; & nella primavera, & nell'estate le piogge vengano a tempo debito, a questo modo ogni ragion vuole, che l'anno sia salubre. Così dice Hippocrate, ilqual seguita Galeno, nel terzo de gli Aforismi, al commento ottauo.

Ma alcuno potrà opponere a questo detto, quello che Hippocrate nel terzo de gli Aforismi ha scritto, cioè, che la stagione secca è sempre più sana, che l'humida; & per questo, se s'ha d'hauer consideratione

Dubbio.

Solutione.

Come le piogge producono tepidità, quando è freddo, & quando è caldo, producono freddo.

L'effetto che fa la vicinanza, & lontananza del Sole.

Per qual causa le piogge che vengono l'estate dal mezzo giorno sono fredde, & l'inuvernata sono tepide.

Quando l'anno ha da esser salubre.

Quello che dice Aristotele sopra di questo.

Quello che dice Hippocrate sopra di questo.

Dubbio.

alla sanità in Roma, che di sua natura è humida, tutto l'anno douria esser senza pioggie, e totalmente secco. Ma costui ha da saper, ch'è vero, che la stagione secca, è sempre più sana, che l'humida, ma s'intende di quella humidità, ch'è contra natura, & non della naturale; percioche l'anno, nel qual è piovuto nell'autunno, nella primavera, & nell'estate in tempo, & come si deue, non si deue chiamar humido, ma temperato: nè Hippocrate compara a questa stagione la secca, ma all'anno, che è molto più humido, e però nell'altro Aforismo dice che nè tempi fermi, quando le stagioni riescono come conuien al suo tempo, all'hora le infirmità si fanno stabili, & di buono, & felice giuditio, & tal tempo sarà nè troppo humido, nè troppo secco, ma tal qual noi hauemo dichiarato nella descrizione dell'anno salubre. E tanto basta hauer detto dell'anno salubre.

soluzione.

L'anno, nel qual piove come si deue, non è humido, ma temperato.

Quando le infirmità sono di buon giuditio.

Delle stagioni particolari dell'anno. Cap. V.

HORA è tempo, che si mettiamo a trattar delle stagioni particolari dell'anno, nella qual cosa forse potrà parer a qualcuno troppo lungo, sono però d'opinione, che nessuno resti di legger questo mio discorso, ancor che forse le cose non succedessero secondo il detto mio, se prima non tenterà di prouar una, & due volte, se il fatto sarà di questa maniera, perche spero ch'accaderà a colui, come spesso è accaduto a me.

Però se nell'autunno piovierà assai, è necessario che l'inuernata (come hauemo detto) sia tanto più tepida, quanto più la città di Roma è situata in una valle, che è luogo naturalmente humido; eccetto però, se i venti settentrionali per qualche straordinaria causa regnaranno più spesso del solito, & ogni uno all'hora per tutta l'inuernata goderà felicemente la sanità, sotto sì grande benignità del ciclo; ma nella primavera quelli che principalmente sono di natura humidi, cioè puttii, & donne, sono pericolosi di non cascar in qualche passione di testa, o febbre, o flusso di corpo. Ma se in quello tempo non piovierà, hauemo d'aspettar un'inuernata fredda, purché però non regnino li venti Australi; nell'autunno poi, & nell'inuernata gli huomini hanno da esser sani, tanto più perche in uno luogo acquoso, com'è Roma, il secco è sempre più sano, che l'humido, purché però il freddo dell'inuernata non habbia origine dalla Tramontana. Nella primavera poi perche

Se l'autunno pioverà assai, l'inuernata sarà tepida, & assai sana.

Quando l'autunno non piove, l'inuernata ha da esser fredda.

contem-

contempera la siccità insieme con la frigidità, che sono stati inanzi, gli huomini saranno molto più sani.

Ma se l'autunno sarà Australe, & piovoso, & l'inuernata boreale, & secca, nel fine dell'inuernata è poco prima quelli che fanno molto esercizio, hauendo il corpo pieno d'humidità, perche tirano a se molto più aria densa, & fredda, che percuote, & stringe il petto, patiranno dolor di coste, & frenesie, causate dalla mala disposizione di quella membrana, che diuide li membri naturali, dalli spirituali, cioè il ventre dal petto, chiamata da Greci Διάφραγμα, & da Latini septum transversum, che saranno mortali; percioche l'aria, che li circonda, ch'è fredda, & secca, impedisce lo sputo. Ma al fine dell'inuernata, quelli, che haueranno fomentato con li copiosi cibi gli humori di prima generati, & sparsi per tutto il corpo, & massime per la testa, & appresso haueranno le carni tenere, patiranno rispele nella faccia, o pustule, tosse per tutto il corpo, & questo accaderà, perche il vento di Tramontana percuote tutta la pelle, & massime la faccia, & constringe tutti li meati della pelle, onde è necessario, che gli humori superflui mandati ad essa, iui si ritengano, ritenuti si putrefacciano, & putrefatti causino mordicatione, & altri mali.

Li mali che nascono nel fine dell'inuernata, che si fa Settentrionale, & secca, quando l'autunno è itato prima Australe, & piovoso.

L'effetto cattiuo della Tramontana.

Appresso, se sopraggiungeranno le febri, vi saranno accompagnati tosse, & horrori, ma nel fine delle febbri, se sudaranno, perche sarà inditio, che i meati della pelle, che prima erano serrati, si saranno aperti, sarà segno molto salubre.

Se l'autunno sarà Aquilonare, & humido, & nel principio di esso il Tenere crescerà tanto, che inondi la città di Roma, come fece l'anno 1557. & l'inuernata sarà parimente Aquilonare, dopo il solstio, gli amalati, & massime quelli che habitano al piano di terra, o che saranno molto grassi, moriranno la maggior parte, & nelle febri si vederanno quelle macchie per la vita, che si chiamano rossolie, frenesie, letargie, o qualche altra mala passione di testa: percioche il Sole dopo quello solstio muta i nostri corpi d'una contraria alteratione, da quello ch'esso solena far prima, & da quello al qual noi eravamo prima assuefatti per molti giorni; & la troppo grande humidità dell'aria, accresciuta ogni giorno & dalle pioggie, & dalle inondationi delle case, soffoca il calor naturale, se è forte, ma se è debile, aiutata dal freddo Aquilonare lo estingue affatto, & appresso riempie oltra modo le teste de gli huomini, come che siano capacissime, & poi che sono piene le constringe, aiutata dalla loro densità, intorno intorno, causata dal fred-

Li mali che nascono quando l'autunno è Aquilonare, & humido, & il fiume cresce, & l'inuernata Settentrionale.

L'effetto cattiuo che seguita, quando il tempo è humido, & il fiume è cresciuto, come fu l'anno 1557.

do Aquilonare, & proibisce affatto, che non transpirano.

Se nell'autunno, & nell'inuernata regnarà l'Aquilone sereno, perche da esso li corpi si fanno stitici, hauendo gli humori stretti, & densi patiranno difficoltà di orina; ma nell'arriuar della primavera, riscaldati gli humori dall'aria che li circonda, & liquefatti alquanto, & per questo riempiti più che non erano, sentiranno molestia per la grande abbondanza, onde molti & molti si ammaleranno, ma non di mortal infermità, come quelle, che facilmente si leuaranno, o con il cauar del sangue, o con il mangiar poco, o con medicamenti purganti, ma leggieri; perche il ventricolo, si come per tutta l'inuernata è stato pieno, così non può tolerare le smisurate euacuazioni.

Se nell'autunno, nell'inuernata, & nella primavera regnarà l'Austro con la pioggia, oltre quelle cose, che si diranno, quando l'inuernata insieme con la primavera sarà Australe, & piovosa, nell'estate, i putti prima patiranno, & massime circa la testa; & più saranno pericolosi li pieni, & grassi, che li magri: & perche l'Austro di sua natura riempie la testa, & li putti naturalmente hanno la testa molto piena, si riempiono anco, più con la giunta del vento Australe; & si come più facilmente si alterano, così molto più, & più presto sentono questa lesione, come si vide l'anno 1569.

Se l'inuernata sarà tepida, australe, & serena, & la primavera similmente sarà tepida, australe, & serena, li corpi humani in tutto, & massime le vene, le arterie, & la testa s'empiranno d'una sostanza flussibile, & di facile corrottione; & per questo gli huomini l'estate saranno deboli & fiacchi, & patiranno molte feбри putride; & di queste la maggior parte saranno veloci, pericolose, & acute: quelli poi, c'haueranno le narici, & la bocca secca, sentiranno dolor di testa; & quelli, c'haueranno il corpo stitico, patiranno quella specie di flusso, chiamata dissenteria; il che accaderà molto più a quelli, che habitaranno nell'Hortaccio, o in Borgo.

Ma se l'inuernata insieme con la primavera sarà tepida, australe, & piovosa, quelle donne c'haueranno da partorire la primavera, facilmente, & per leggier causa si sconciaranno, per hauer il corpo tutto rilassato; & tutti gli huomini, al tempo dell'estate, saranno tanto più soggetti a quei mali, c'hauemo raccontato poco di sopra, quanto più l'Austro piovoso al tempo dell'inuernata, & della primavera è peggiore che il sereno; & quanto più opportunamente, & a tempo piovierà nell'estate, tanto manco ammalati vi saranno; & quanto meno piovierà, tar-

to più ve ne saranno: percioche se l'estate, (come già hauemo detto) non piovierà a tempo debito, (intendendo per estate, quel gran caldo, che suol far in tal tempo) soprauenendo essa, & raddoppiandosi il caldo più del solito, con vno smisurato augmento, si rende affatto intolerabile: percioche la terra, humettata dalle passate piogge, manda i vapori suoi più grossi, & più densi nell'aria, che la circonda; il qual fatto più grosso, & più denso, si rende anco atto al riscaldar molto più, come quello, che con la sua densità può meglio conseruar il suo calore; come fa il ferro affocato, che più riscalda che la fiamma. Ma se piovierà al suo tempo, ancor che l'aria sia assai grossa, & densa; nondimeno soprauenendo nuoue piogge, le notti si rinfrescano, & smorzandosi quel gran feruore, nasce in cambio suo il mediocre calore; onde è necessario, che gli huomini si sentino meglio. Ma se fuori di tempo piovierà, come faria circa il principio dell'estate, & nel nascer della canicola, quando principalmente si desiderano le piogge, pur non piovà; ma poi nell'entrar del Sole in Vergine, cioè quasi nel principio di Agosto, o poco più, di nuouo piovà, questo sarà causa, che se bene prima, cioè quando il Sole camminerà per Cancro, & per Leone, vi saranno pochi ammalati; nondimeno dal principio d'Agosto sin al fine di Settembre si scopriranno molte feбри putride, & massime con lesione di testa, come interuenne l'anno 1568.

Ma se l'inuernata, & la primavera saranno freddi Aquilonari, & sereni, le persone saranno bene per un poco di tempo più agili, più colorate, & più pronte al senso dell'vdito; ma in breue tempo sentiranno tosse, lesione nel canal della gola, difficoltà di urinare, horrori, dolori di petto, & di fianchi, & i dolori di podagra saranno più atroci: percioche l'asprezza dell'aria impedisce la resolutione, & appresso, haueranno il ventre duro. La primavera poi è nocua a quelli, che sono molto vecchi, & a fanciulli, & massime a magri; ma mortale a i tifici, & molto consumati. Quelli anco, che si sentono la testa piena, o conturbata, o con dolore, se haueranno le fauci, & il palato secco, & le narici chiuse, & le lagrime calde, saranno molestati da inflammationi di gola, le quali per il più termineranno male: Ma se il petto sarà stretto, & magro, & la loro respirazione, che per ciò ha da esser densa, sarà impedita, sentiranno dolori di fianchi acuti, inflammationi di polmone, & simili altri mali; li quali, se il capo, & il polmone haueranno per qualche tempo innanti hauuto qualche lesione, saranno mortali per la maggior parte. Le donne poi, le quali haueran-

Li mali che nascono quando l'autunno, & l'inuernata regna l'Aquilone sereno.

Li mali che nascono quando nell'autunno, nell'inuernata, & nella primavera regna l'Austro con la pioggia.

Li venti che furono l'anno 1569.

Li mali che nascono quando l'inuernata sarà tepida, australe, & serena, & la primavera sarà simile all'inuernata.

Li mali che nascono, quando l'inuernata, & la primavera sarà tepida, australe, & piovosa.

Quando l'estate non piovè, sempre vi sono più infermi, & la causa di tal effetto.

Il danno che seguita quando piovè nel principio, & nel fine dell'estate, & non nel mezzo.

Nota li mali che furono l'anno 1568.

Il danno, che seguita, quando l'inuernata, & la primavera sono freddi, & Aquilonari.

A quali sia nocua la primavera.

Quando occorre che le donne partoriscono inanti al tempo.

no da partorire alla primavera, ò che si sconciaranno alquanto di prima, ò se partoriranno in tempo, il parto sarà con qualche loro notabil molestia. Anzi vi saranno alcuni vecchi, & massime quelli che hanno il calor naturale debole, & che sono soliti a patir vertigine, mancandoli lo spirito, si faranno apopletici, & se ne moriranno; il che accaderà, perche non potendo essi nodrirsi, per causa del freddo Aquilonare, il loro calore naturale s'estinguerà: l'estate poi, ancor che quei mali si sogliano mitigare; nondimeno quelli, a quali per Aquilone sarà restato il ventre duro, patiranno dissenterie pericolose: quelli poi, li cui occhi dal medesimo vento haueranno notabilmente patito, & saranno fatti deboli, appresso a questo s'infiammaranno; & tutte quelle febri, che occorreranno, saranno ò molto acute, & mortali, ò almeno duraranno lungo tempo; & la ragione è questa, percioche percuotendo questo vento principalmente la testa, & il polmone, & poi il cuore, & le arterie, caccia in essi tutti quelli humori che può: talche sopravenendo insieme il caldo, perche gli humori di prima condensati si liquefaranno, & liquefatti hanno bisogno di maggior luogo, per questo i membri nobili ampliati, & empiti dallo spargimento di questi humori, si perturbano per questa causa con maggior molestia, onde poi è necessario, che ne seguitino i sudetti mali.

Nota alcuni mali che vengono a i vecchi in quelli tempi.

Quali mali vengano l'estate in timide stagione.

La causa di tali effetti.

Quando l'inuerna, & la primavera regnarà Aquilone con pioggia, quali mali seguiranno.

Quali mali seguiranno, se l'inverno è Aquilonare, l'estate con pioggia.

Ma se l'inuerna, & la primavera soffiarà l'Aquilone freddo, i corpi per all' hora saranno bene più gagliardi, & più atti alla concottione; ma l'estate, se non piovierà, quando sopraggiungerà il gran caldo, pareranno più pieni, & più belli, ma dipoi patiranno febri putride, inflammatione d'occhi, dissenterie, le quali per la maggior parte saranno salubri; & di più, se al debito tempo piovierà, quasi tutti viueranno in sanità.

Ma se l'inverno regnarà l'Aquilone con siccità, & la primavera sarà piovosa, & Australe, l'estate cadranno quelli effetti, che narra Hippocrate nel terzo de gli Aforismi, (come presto diremo) nondimeno la primavera, se le piogge verranno con misura, perche contemperano l'asprezza, & la frigidità dell'Aquilone, ne seguiranno pochi mali, & questi saranno salubri. Ma se verranno senza misura, perche disconcertano tutto il corpo, quelli, a i quali la pelle sarà percossa da i colpi dell'Aquilone nel modo come se fossero frustati d'ogn'intorno (ilche accade a i fanciulli, & a quelli che hanno la carne tenera) nelle loro febri gli sopraggiungeranno quelle macchie per la vita, che si chiamano rosolie, ouero varole. Quelli, a i quali le fauci facilmente si

ina-

inaspriscono, perche sono molto percossi dall'Aquilone che spesso tirano a se per la respirazione, & dall'istesso anco si condensano; sopravenendo poi l'humido Australe, si come empie la testa, così da quel membro cascata con grande impeto alle fauci, & inui produce inflammationi molto pericolose. Ne gli huomini poi, che patiscono crepature intestinali, la parte per la quale esce l'intestino, come quella che è più lubrica, si rilassa anco sopra modo, per la copiosa humidità, che scende al detto luogo: onde ne seguita, che uscendo fuori l'intestino con impeto, molto più si riempie; nè potendosi cacciar dentro, è causa spesse volte della morte.

Accade poi ancora, che cascando l'humor della testa, si gonfiano i piedi a quelli, che gli hanno deboli; ma d'estate, pur che non piova, nè faccia freddo, sopravencono febri putride; & questo accade, perche i corpi, & le carni sue hanno i meati stretti per il freddo dell'inuerna passata; ma per la stagione della primavera sono pieni d'humore, talche sopraggiungendo il gran caldo, ne seguitano le febri putride, le quali per la maggior parte sono acute, & anco mortali, perche gli humori ritenuti da ogn'intorno si putrefanno, & anco perche le forze non possono resistere a così veloce, & copiosa putredine.

Quelli poi che hanno le narici, e la bocca secca, patiscono inflammationi d'occhi; & quelli, il cui ventre è stitico, patiscono dissenterie: il che accade principalmente a quelli, che di natura sono humidissimi, perche questi tali sopra tutti gli altri si empiono dell'humidità della primavera; cosa, che si conoscerà più chiaramente con questo esempio: perche, se si metterà in luogo humido uno determinato peso di panno di lana, insieme con ugual peso di lana, che non sia ridotta in altra figura, di quella che gli ha data la natura, la lana che è molle, & rara, tirerà assai più quantità d'humore, che non farà il panno, che è denso, & duro; così questi tirano a se molto maggior quantità d'humore, che non fanno quelli, che hanno il corpo suo denso, & spesso: il simile accaderà ancora a tutti quelli, che in qualche modo haueranno preso in se, & ritenuto gran copia d'humidità; come interuenie a quelli, che nel grande ardore dell'estate, non potendo comportar il caldo, beuono assai, & in ogni altra maniera si humettano: perche, essendo quel caldo intollerabile, sono forzati a bere assai, & a cercare il fresco in qualche maniera; tanto più, perche per il gran caldo non possono dormire nè di notte, nè di giorno, nè manco cuocere il cibo nello stomaco: onde, essendo rauuata in quei corpi gran copia di crudità, è necessario, che per lo

Nota questo esempio.

In che modo si rauuano le crudità.

fmi.

smisurato calor del Sole, gli soprauengano queste grandi putredini, & questi mali così pericolosi. Anzi di più, che se bene non sarà la stagione tale com' haueuo detto, & che l' inuernata sia, ò secca, ò humida, ò Australe, ò Aquilonare, pur che piona di primavera, essendo la città di Roma naturalmente humida, ancor che l' estate non piona, è necessario che gli huomini patiscano le infirmità c' haueuo detto, ò altri simili mali: Ma se in questo tempo pionerà, talmente che quello grande calore si rimetta, in maniera che sia tollerabile, & gli huomini possano riposar di notte, ne seguirà che non saranno molestati d' alcuno de questi mali, ò se pur se ne vedrà alcuno, saranno, & più rari, & più piaceuoli; & di più, quelli c' haueranno la febre sudaranno copiosamente; nè vedo che la cosa possa esser altrimenti, (se bene alcuni con poca ragione credono il contrario) perche essendo gli huomini in questa stagione, moderati nel viuere, è necessario che dormino bene, & che facciano buona concottione: Così dice Hippocrate nel libro dell' aria, & de luoghi.

L'utile che seguita quando d' estate piona.

Quali mali seguiranno se l' inuernata è secca, & boreale, & la primavera Australe, & necessaria che nell' estate vi siano molte febri, & che vi sia abundantia di lacrime ne gl' occhi, & altre cose che seguono. Poi dice: Se circa il nascer della Canicola seguitarà acqua, & tempesta, & i venti chiamati Etesie regneranno, si potrà sperar che cesseranno tutti questi mali, & che l' autunno seguente sarà salubre. questo dice Hippocrate. Et per dir in uniuersale, se l' inuernata regnarà l' Aquilone con la siccità, & la primavera sarà pionosa & Australe, l' estate seguente, pur che sia fresca, intendo hor per fresca, quando il suo caldo è tollerabile, & di notte si potrà riposare; s' ha da sperar ch' ella sarà saluberrima, ò secca, ò pionosa che sia.

Quali mali seguiranno se l' inuernata sarà Australe, & tepida, & nella primavera regnarà l' Aquilone freddo, & secco, percioche l' Aquilone produce il suo effetto molto più presto, che non fa l' Austro, & massime nella città di Roma, nella qual corre per questo grande canale a guisa d' uno velocissimo fiume, oltra ch' anco di sua natura è prima vehemente, & poi piaceuole, contra quello che soglia esser l' Austro, ne seguita che i mali che soprastanno, non si prolungano sino all' estate; ma le donne le quali hauriano da partorir la primavera, hauendo il sangue molto acquoso per la grande humidità dell' inuernata passata, & molto pronto alla putredine per la sua tepidità, & tanto più quello della matrice, & di più stringendosi essa in se stessa per l' asprezza del vento Aquilone,

Quando le donne facilmente si sconciano, & per qual causa.

lone, ne seguita che per quella compressione il sangue si separa dalla Matrice, onde per qual si voglia leggier causa si sconciano: Ma se ancora partoriscono bene, è necessario che i loro figliuoli siano mal sani, ò che presto muoiano, ilche accaderà per le medesme cause, per esser mal nutriti. Ma quelli che saranno molto vecchi, perche per la loro debilità non si possono molto essercitare, onde anco non possono così facilmente cacciar fuori le superfluità, redondando anco l' humore, che già l' inuernata inanti è entrato in tutto il corpo, & massime nella testa: ne segue, che per forza dell' Aquilone, si caccia dentro nel corpo, & si constringe alle parti più interne; onde poi se questo effetto si fa piano piano, ne nascono distillationi, & catarri; ma se si fa in un subito, ne seguita la morte, ò almeno paralisia. Anzi essendo il ventre stitico per l' Aquilone, tutta quella humidità, ch' è restata ne' giri de gl' intestini, inui si corrompe facilmente, & massime perche di continuo si uà mescolando con li putridi escrementi, & poi che è putrefatta, stimola, & morde gl' intestini, & è causa che in essi si generino inflammationi, ulcere, scabie, & anco dissenterie. Ne gli occhi poi si generano inflammationi secche, essendo essi prima nell' inuernata troppo debilitati dall' Austro, & nella primavera percossi, & morsicati dall' Aquilone; & l' uno, & l' altro segue per cause assai euidenti, poiche le inflammationi de gl' occhi si fanno, perche tra i luoghi della testa, gli occhi patiscono più dall' Aquilone, che non fanno nè le orecchie, nè le narici; & sono secche, perche l' Aquilone consuma, & essicca di fuori tutto quello humido, che ne i corpi viuenti gli si fa inanti, come si vede manifestamente nel tempo dell' inuernata, poiche mentre che questo vento spirava, la pelle si fa crespa, & secca, & massime nelle mani.

Onde nascano li flussi di ventre, & le dissenterie.

Onde nascano le inflammationi de gli occhi.

Come le mani si fanno secche al tempo dell' inuernata.

Ma perche se pionerà l' estate, alle volte vi sono molti amalati, alle volte pochi, non mi pare fuori di proposito di nuouo replicare, che quando la primavera è secca (non importando che all' hora regni ò l' Austro, ò l' Aquilone) se nell' estate in qual si voglia tempo pionerà, seguirà sempre maggior copia di quei mali, c' haueuo detto, che non sarà se non pionerà; all' opposto quando la primavera è pionosa, se l' estate pionerà a tempo opportuno (come haueuo detto) vi saranno pochi amalati; ma se non pionerà, ne saranno assai, eccetto se forse ogni giorno la mattina regnerà il vento di Leuante, il mezo giorno l' Austro, la sera il Zefiro, cioè Ponente, & la notte l' Aquilone: percioche questo circolo di venti, si come l' estate fa l' aere puro, sereno, & temperato, così suole essere causa di sanità grande ne' corpi humani. Se adunque la primavera

Quando la primavera è secca, & la estate piona, sempre vi son di molti infermi.

Quando la primavera piona, & l' estate non piona, vi sono molti infermi; ma, se non piona, vi saranno pochissimi.

Nota l'utile che seguita, quando spirano questi 4. venti, l' uno appresso l' altro.

Quello che seguita, quando la primavera è secca, & l'estate piovosa.

mauera sarà secca & l'estate piovosa, l'aere, che ne scorre intorno, ilqual a Roma è grosso, & denso, diuenta anco più grosso, & più denso, dal qual poi, quanto più il caldo è ritenuto tenacemente, (si come prima hauemo detto) tanto più si fa vehemente, & molesto; ma se non piovierà, si come è più sottile, essendo fondato nel secco, & nel caldo, è anco manco tenace di caldo, per la contraria cagione; & a questa maniera comparandolo con quell'altro, acquista un caldo più tollerabile, & più atto alla respirazione.

Quello che seguita, quando la primavera, & l'estate piovosa.

Ma se la primavera sarà piovosa, & parimente l'estate vi saranno conuenienti piogge, non potrà il caldo crescer troppo, massime essendo la terra molto humida per le piogge passate, & susseguenti, cosa che si conosce chiaramente dal rinfrescar che fa il giorno, & la notte, mentre ch'occorrono queste cose; ma se non piovierà, dall'humidità della terra nata dalle piogge della primavera, ne nascerà un vapore grosso, denso, & caldo, dal quale poi ne seguita un' intollerabile calore, eccetto però se in quel tempo regnerà quel circolo di venti, del qual hauemo detto poco di sopra.

Quello che seguita, quando la primavera piovosa, & l'estate non piovosa.

Se l'inuernata, & la primavera saranno piovose, ma quella per lo Aquilone, & questa per l'Austro, in questa si vedranno grauezza di testa, dolcri, parotidi, cioè aposteme dietro le orecchie, raucità di voce, le quali per la maggior parte saranno salubri, come quelle, che facilmente si potranno leuare con medicamenti purganti, ma molto più col cauar del sangue, & questa sorte di male accaderà, perche la testa non solo ha riceuuto l'humidità dell'inuernata, ma anco s'è riempita più per l'impulsione, & spessezza causata dal vento Aquilone; & poi soprauenendo la pioggia, la qual per causa dell'Austro è calda, & crescendo in alto il Sole, ne seguita, che l'humore penetrato, & insaccato nella testa, si strugge, & si liquefa in quel modo, che fa la neue sopra i monti al tempo della primavera, onde ne seguitano poi li sudetti mali.

Quello che seguita, se l'inuernata, & la primavera regnarà l'Austro, o l'Garbino.

Se nell'inuerno, & nella primavera soffierà l'Austro, o Libeccio, & piovierà, all'estate seguente correranno pericolo d'amalarsi quelli, che habitano in Borgo, & nell'Hortaccio; eccetto però se la Tramontana non si farà sentire: ma se ciò accaderà, tutta la città sarà sana. Ma se dalle bande di Settentrione soffierà ogni giorno il Greco, quelli che habitano in Borgo sentiranno maggior lesione; & se regnerà il vento chiamato Maestro, intrauerà il medesimo a quelli, che habitano nell'Hortaccio; percioche l'uno, & l'altro di questi venti, passando per il letto del Teuere, porta seco i vapori suoi, & per il sito si fa humido, se bene è secco,

Come questi venti, se ben son sani, si fanno mal sani.

è secco, in quell'istesso modo, come se si conuertisse in Austro: onde poi passando per li detti luoghi, si trattiene, si corrompe, & è causa di varie infermità.

Se l'inuerno, & la primavera saranno Australi, & piovosi, & la estate sarà Australe, & secca, quelli che sogliono hauere la testa piena, il corpo stittico, & che sputano molto, nell'estate, prima cascaranno in dissenterie, poi in infiammamenti d'occhi, indi in dolori di giointure, & ultimamente in febre.

Quello che seguita, se l'inuernata, & la primavera sono Australi & piovose, & l'estate Australe, & secca.

Se l'inuernata sarà serena con il vento Aquilone, la primavera Australe, tepida, & serena, all'hora le pleuresie, cioè le posteme di petto, o ponture, che cascano la primavera, perche il tempo sarà tepido, non saranno punto mortali, & in somma vi saranno pochi amalati; & così, se l'estate la mattina regnerà il Leuante, di mezzo giorno l'Austro, la sera Ponente, & di notte l'Aquilone, & così per un pezzo ogni giorno spireranno, ancor che quell'anno vi fosse copia grandissima di frutti, il tempo però sarà salubre, & vi saranno pochissimi amalati, si come fu l'anno 1567.

Quello che seguita, se l'inuernata è serena col vento Aquilone, & la primavera Australe, & secca.

In somma, ancor che nell'inuernata regni Aquilone, o l'Austro, & nell'uno, & nell'altro vi sia serenità, o pioggia, & in quel modo passi ancora la primavera; nondimeno, se nell'estate poi seguente regnerà la mattina il Leuante, il mezzo giorno l'Austro, la sera Ponente, & la notte l'Aquilone, & con offeruare il medesimo circolo questi venti regnaranno continuamente per un pezzo, all'hora in quel tempo quasi non si genererà alcuna infermità; & se pure alcuna ve ne sarà, sarà breue, & salubre: è ben vero, che alcuni sentiranno dolor di testa, ad alcuni altri, ancor che non vi siano soliti, verrà il flusso di sangue di naso; & questo sarà, perche ogni vento causa pienezza di testa.

Nota la stagione dell'anno 1567.

Se nella primavera regnerà l'Aquilone con pioggia, & l'estate l'Austro con serenità, quelli che sogliono bere, & essercitarsi assai, circa al fine dell'estate per la maggior parte s'amaleranno, perche gli verranno febre, massime con dolor di testa; & in quelli, che correranno qualche pericolo, poi che il male sarà fermato nella testa, terminerà all'ultimo in paralisia, o letargo, o qualche altro simil male; & questo sarà, perche tirando costoro gran quantità d'aria, i capi loro, & le milze si riempiranno oltra modo, non solo dalle piogge della primavera, ma anco dall'Austro dell'estate; ma a quelli, che fuggiranno questi pericoli, s'enfiarà la milza: il che accaderà principalmente nell'Hortaccio, & in

In qual tempo vi saranno, o poche, o nessuna infermità.

Quello che seguita, quando nella primavera regnerà l'Aquilone con pioggia, & l'estate l'Austro con serenità.

Borgo, doue il vento dell' Austro regna più ch' altroue (come hauemo detto) ma se nell' Autunno pionerà, & l' Aquilone spirerà, tutti questi mali del tutto cessaranno.

Quello che seguiti, quando la primavera, & l' estate piouerà assai.

Nota la stagione dell' anno 1568.

Quello che seguiti, quando l' estate è Australe, & serena, & l' autunno Australe, & piovoso.

Se nella primavera, & nell' estate piouerà assai, nell' estate vi saranno pochi infermi: è ben vero, che quelli, che saranno molto vecchi, correranno pericolo d' apoplezia, o di qualch' altro simil male, (come fu l' anno 1568.) percioche il Sole, riscaldando li loro capi deboli, tirerà su gli humori dalle parti da basso: la pioggia poi li riempie anco più, essendo già piene per la primavera, & non euacuati per la debolezza; per le quali cose, fatto il ceruello del vecchio più graue, sforza spesso questi tali, o cascar in terra, o farsi del tutto attoniti.

Se la state sarà Australe, & serena, & l' autunno Australe, & piovoso, in modo però che quando cessaranno le pioggie, subito regni l' Aquilone, & questo segua non una volta, o due, ma spesso, & spesso, si ha da temere, che nel principio dell' inuernata regnaranno gran catarri dalla testa al petto, con tosse, & questo sarà in generale, (come fu l' anno 1562.) ma questi mali accaderanno più a gli huomini, che alle donne, perche anco s' espongono più all' aria commune; & ciò accaderà, perche le teste de gli huomini grauate & dall' Austro dell' estate, & dal copioso & freddo bere, (cosa che l' huomo è forzato a fare, non solo dal gran caldo dell' estate, ma ancora dalla siccità entrata ne i polmoni per via dello stesso caldo) si riempiono insieme con li polmoni, & poi si riempiono ancor più per la pioggia dell' autunno, onde poi l' Aquilone molestà con maggior uehementia li polmoni, che già sono mal disposti per il freddo, & copioso beuer dell' estate. Alcuni poi saranno traugliati da pleurisie, alcuni da sputi di sangue con tosse, & la maggior parte di questi mali saranno mortali, alcuni patiranno inflammationi di fauci, & a molti, cioè a quelli il cui corpo sarà stittico, & haueranno beuuto assai l' estate inanti, patiranno flusso di corpo d' acri, & caldi humori, liquali però non rare volte saranno dissenterici; la causa del flusso sarà, perche gl' intestini ripieni dal beuer dell' estate, & dall' humido dell' autunno, & appressato ferrati, & più stittici per il freddo dell' Aquilone, & raddoppiato, & ritenuto in essi quell' humore, ilquale poco dipoi s' è corrotto, & fatto acre, non potendo più trattener in se stessi quell' humore, ilquale per la putredine, è fatto oltra modo pungente, & mordace, per questo sono prouocati, & stimolati all' espulsione,

onde

Onde nasce il flusso del corpo.

onde poi ne seguita il flusso di corpo. Non si fanno poi in essi alcune ulcere, nè si fanno dissenterici, perche il freddo dell' inuernata, altrimenti di quello che fa il caldo dell' estate, non lascia che l' humore arriui a quel grado di putredine, che possa produrre alcuna ulcera ne gl' intestini.

Non dirò hora, che se nell' estate regnerà l' Aquilone con siccità, & nell' autunno l' Austro con pioggia, che nell' inuernata (si come dice Hippocrate) saranno dolori di testa, tosse, raucedini, & grauezze, & alcuni ancora si faranno tissici; ma se l' autunno sarà Aquilonare senza acqua, sarà salubre a quelli, che sono humidi di natura, & specialmente alle donne: gli altri poi saranno soggetti a feбри acute, a grauezza di testa; in alcuni anco dominerà bile adusta: percioche in tale stagione la maggior parte di questi mali sono communi, non solo a Roma, ma anco alle altre Cittàdi.

È anco da sapere, che in qual si voglia tempo, se la stagione sarà breue, & si conuertirà in un' altra contraria, che pure anco sia breue, se pur sarà causa di qualche infermità, tutte quelle non solo non saranno mortali, ma anco si curaranno facilmente; & per il contrario, se una longa stagione si muterà in un' altra longa a lei contraria, li mali parimente saranno di difficil cura; & di più, o che termineranno presto con morte, o che saranno molto longhi; & per dirlo in generale, tutte le mutationi, che si fanno dall' uno contrario all' altro, se sono uehementi, causano anco uehementi mali; se anco sono leggieri, li producono leggieri, & alle volte ancora, non producono male alcuno.

All' estate poi, se prima regnerà l' Aquilone secco, & poco dipoi fuori di tempo uenga l' Austro con humidità, sarà necessario, che in quel tempo vi sia tanto maggior copia d' amalati, quanto più l' humore tirato da i corpi con maggior uehementia, per la passata siccità, & congiunto col caldo, si rende più facile alla putredine; & per il contrario è necessario, che vi siano tanto meno amalati, quanto il secco col caldo è più salubre, che non è l' humido, con l' istesso caldo; onde in questa stagione si eccitano quei mali, i quali può causar l' Austro; in quest' altra poi, quelli, che può causar l' Aquilone, il quale sia contemperato dal calore della estate.

Quello che seguita se l' estate regnerà l' Aquilone secco, & l' autunno l' Austro con pioggia.

Le stagioni breui sono migliori che le longhe.

Le mutationi d' uno contrario in un' altro sempre sono cattue.

Quello che seguita quando l' estate l' Aquilone secco, & poco dipoi l' Austro con humidità.

Ma

Quello che seguita quando l'inuernata regna prima l'Austro, & poi l'Aquilone.

Ma l'inuernata, quella stagione, nella quale regnerà prima l'Austro, & poi l'Aquilone, sarà peggiore di quella, nella quale regnerà prima l'Aquilone, & poi l'Austro: perciocche quella, insieme col freddo dell'inuernata, caccia in dentro, & massime nella testa, tutto l'humore copioso, che prima vi era; onde serrando poi di fuori li meati, & la via de gli escrementi, & ritenendo di dentro quell'humore, lo fa atto alla putredine, & che lo fa cascare a qualche parte; per il che aggiungendosi anco quelle cause, che di sopra habbiamo detto, sarà occasione di sconciarfi alle donne, le quali per quello tempo aspettaranno il parto: & perche il freddo dura molto tempo, ne seguirà spesso la morte, dopo il detto parto, quest'altra stagione congiungendo il copioso humore col freddo dell'inuernata, perche rende humide, & lubriche quelle vie del corpo, che prima erano state essiccate, e strette dall'Aquilone; & appresso congiunge quell'humore con il freddo della inuernata, proibisce, che di dentro non si corrompa, ouero che non vada altroue, che per le vie comuni, & è di danno solamente a quelli, che patiscono apoplezia, & catarri.

Quello che seguita quando regna prima l'Aquilone, & poi l'Austro.

Et è anco da sapere, che si come la stagione di tutto l'anno secca, & non acquosa, è più sana che l'humida, & piovosa, così la pioggia che viene dall'Aquilone, è manco morbosa che quella che viene dall'Austro.

Quello che seguita, quando l'inuernata, sarà prima fredda Aquilonare, & serena, & poi piovola.

Se adunque nell'inuernata molto fredda, sarà una stagione Aquilonare, prima serena, & poi piovosa, in questa li vecchi sentiranno gran difficoltà d'orina, la quale gli verrà, & per l'etate, & anco per causa dell'Aquilone; ma poi con l'aumento che farà quella materia accresciuta per l'humidità dell'aria, si farà molto più molesta, & alcuna sarà mortale: & la causa di tale effetto, sarà questa, perche, i luoghi dell'orina sono rilassati, rugosi, & crespi, & l'orina in questi tali si trattiene più del douere, concorrendosi insieme la costrizione dell'Aquilone: onde ritenuta si corrompe, corrotta morde, & mordendo non così facilmente si rende.

Quello che seguita, quando regna l'Austro sereno.

Se quasi per tutto estate haurà regnato l'Austro sereno, sarà necessario che circa al fine d'essa, nell'Hortaccio, & in Borgo, & in altri luoghi, che guardano verso questo vento, ma che però non gli lassano hauer il libero esito, poiche in quel luogo ritenuto

si

si corrompe, (si come hauemo detto di sopra) vi siano molti ammalati di febre putrida, massime con dolor di testa.

Ma se l'Aquilone inanti giorno, & ogni mattina quasi, sino a mezzo giorno durarà, si può aspettar gran sanità, perciocche correndo esso per questa Città, come per uno canale, (si come hauemo detto) & essendo più gagliardo inui, che altroue, caccia, & disperge tutti quelli vapori, & humori cattini, che per il passato gli altri venti hanno lassato a dietro.

Oltra di questo tutte le stagioni fredde, & massime all'estate, è piovosa, & secche che siano, sempre sono molto più sane, che le calde, & sono causa di molto manco infirmità.

Onde giudico, che l'estate calda a Roma, sia molto insalubre, la qual opinione è assai contraria a quella che molti per il passato hanno creduto; & la ragione è questa, perciocche l'humido di questa Città, & del fiume è tale, & tanto, che il Sole non può tanto consumar li vapori che di continuo si leuano, perche sono grossi, densi, & spessi, che molti, & molti altri simili per ogni luogo non rinaschino, i quali poi con la grossezza, & densità ritenendo più fortemente il calore, rendono un caldo, quasi intollerabile: onde non potendo gli huomini comportarlo, dormono male, & peggio digeriscono: talche essendo poi anco sforzati a bere più del douere, per il maggior accrescimenoo di caldo, mettono insieme grandissima quantità di humori crudi, per i quali si acquistano poi diuersi mali, & particolarmente nel petto, & nella testa; & tanto più, perche l'aria, la quale ne circonda, (si come consta per esperienza) camina, & è tirata prima, & principalmente verso queste parti.

Quando la stagione calda è causa di molti mali, soprauenendo poi la pioggia, ma fredda, si frinuiscono assai.

Le piogge dell'Aquilone al tempo dell'estate, sono tanto più sicure delle Australi, quanto più le notti da quelle si fanno più fredde, & il gran caldo si proibisce; anzi se esse verranno spesso nel mese d'Agosto, saranno causa, che i mali, i quali all'ora nasceranno, saranno salubri, & con gran facilità si cureranno.

Et però è da auertire, che se per sorte in quel tempo, è poco inanti, cioè nel mese di Luglio, o d'Agosto, per la piacevolezza

za

Quello che seguita, quando spirano l'Aquilone, da l'Aurora, sin a mezzo giorno.

Tutte le stagioni fredde, sono più sane, che le humide.

L'estate calda, è mal sana a Roma & la causa perche l'humido copioso di Roma non si può consumar dal Sole.

Il mal che nasce dal gran caldo.

In qual de' nostri membri penetrerà più presto l'aria.

Per qual causa le piogge Aquilonare sono più sane dell'estate, che le Australi.

za del vento, che spirerà, nascerà per qualche giorno alcuna densa caligine (perche all'hora, per la grossezza, & densità dell'aria, vi succede un certo calore soffocato) molti si amaleranno di febbre, & massime con passione di testa; ma pochi moriranno, perche questa infermità hauerà hauuto poca, & breue occasione dalla caligine, & dal caldo. Ma se accaderà il contrario, cioè, che molti se ne muoiano, tal cosa intrauerà a quelli, i quali straccati da purgationi prese fuori di tempo, caderanno in uno profondo sonno, ouero in qualche altra simile infermità di testa; & ciò auuenirà, non per difetto di natura, ma per colpa de' non periti Medici.

Finalmente l'estate, se sarà Australe, & secca, sarà copiosa d'infermità; ma l'inuernata, se sarà simile ad essa, non potrà esser mal sana.

Per il contrario, se la estate soffiarà l'Aquilone con siccità, (perciocche il caldo si fa per quel vento tollerabile) vi sarà sanità; ma l'inuernata, se bene fosse tale, sarà mal sana: perche gli huomini ordinariamente patiscono assai dalla vehementia del freddo.

Et si come le pioggie portate dall'Aquilone il mese d'Agosto sono salubri; (perche, se bene sono causa di qualche infermità, contemperano però il caldo) così nel mese di Settembre, se perseverano, sono mortali, perche augumentano il freddo, ilquale è inimico alla natura, come fu l'Anno Mille cinquecento sessanta sette.

Bisogna anco hauer memoria, che quando il giorno sarà sereno, & la notte seguente sarà ò nebbia, ò pioggia; ma al certo, freddo, quelli, che di tal'hora sono soliti di andare intorno, & di esporsi all'aria, sentiranno distillationi di testa, & dolori di denti.

Quando tutto il giorno sarà stato nebbia, & che il Sole non si sia mai visto, quelli che la sera vanno intorno per la Città, sentiranno grauezza, catarro, & la voce se gli farà rauca.

Ma l'inuernata se il giorno sarà sereno, regnando l'Aquilone, il freddo della sera non è mal sano: ma se sarà pioggia, ò nebbia, sarà pessimo: perciocche l'aria fatta più grossa, imprime il freddo più intensamente; nè quiui importa, che regni, ò l'Aquilone, ò l'Austro,

Le caligini d'estate, qual mal portino.

L'estate Australe, & secca, è piena d'infermità, & l'inuernata humida, è tutta all'opposito.

L'estate Aquilona, & secca, è sana, ma l'inuernata simile, è mal sana.

Le pioggie Aquilonari d'Agosto sono sane, ma il Settembre sono mortali.

Nota la stagione dell'anno 1567.

L'estate se il giorno è sereno, & la notte nebbia, ò pioggia, quelli che vanno in volta sentiranno catarri, ò dolori di denti.

Il medesimo seguita, quando il giorno tutto è nebbia.

L'inuernata se il giorno è sereno, & l'Aquilone sarà sana, ma se sarà pioggia, ò nebbia sarà pessima.

L'Austro; perciocche il medesimo effetto ne seguirà dall'uno, & dall'altro.

Nell'estate quando il tempo sereno durarà molti giorni, senza alcuna sorte di venti, si possono pronosticare molti mali; perciocche l'aria stando (si può dire) immobile nelle case, nelle strade, & nelle piazze, si corrompe facilmente presto, & si putrefa, dalla qual putrefattione si accendono le febbri, & ne seguitano molti altri mali.

In somma, in qual si voglia tempo dell'anno, se la stagione sarà Aquilonia, & secca; & poi si faccia Australe, & humida, & di nouo ritorni Aquilonia, in questa ultima è necessario, che sempre la testa, & il petto spesso si riempia, & poi seguitino catarri, raucedini, rispile, dolor di petto, & simili altri mali; & la ragione è questa, perche l'aria Australe è tirata in gran quantità alle parti, doue si fanno li sudetti mali, più, & più presto del douere, per la loro passata siccità, & per la sua vehemente agitatione, si condensa in acqua, doue poi cacciato in dentro dall'Aquilone che soprauiene, & inui trattenuto, si corrompe, talche (se pur prima per esser tanto copioso non ne uscirà alcuna parte dal corpo, per via di qualche distillatione) corrotto acquista una tal qualità, cioè, ò salsa, ò acre, ò amara: per la quale poi la natura stimolata produce li predetti mali.

Bisogna anco saper, che l'Aquilone non moue sempre gli humori con la compressione (come alcuni si pensano) & già non vedo in qual modo possa eccitar le lacrime da gli occhi, & dalle narici il moco sottile bianco & caldo: & se alcuno dirà, che ciò si fa col comprimer di fuori la testa, & gli osti: risponderò che il dir questo, sarà goffaria grande, ma non sarà già così a dir che prouoca le lacrime col morder gli occhi (come dice Hippocrate) perche realmente si prouocano con la mordacità, ma l'espulsione del moco si fa in altra maniera, perche hauendo il freddo prima cacciato in dentro quell'humore, come si vede nel fango, doue poi putrefatto, acquista un calore acre, & che abbruscia, essendo la natura dell'Aquilone di cacciar in dentro gli humori, li quali poi ritenuti mentre che si putrefanno, si liquefanno ancor dal calor contra natura, & esterno, come accade nel fango, & nel ghiaccio.

Sapermo ancor che queste stagioni possono variar si in molti altri modi; ma io lascio le cose che si trouano dalla ragione, senza l'esperienza a

E quelli,

Quando l'estate dura il sereno molti giorni senza venti, ne possono seguir molti mali, & perche.

Quai mali seguitano quando la stagione prima è Aquilonare, & secca, & poi si fa Australe, & humida, & di nouo si fa Aquilonare, & la ragione di tali effetti.

L'Aquilone non moue sempre gli humori con la compressione, & come li moue.

Come si fa l'espulsione del moco.

Come le stagioni de' tepisi possono variar in molti altri modi, & perche qui non se ne tratta.

Del viuerè delli Romani,
 quelli, li quali si fondano nelle parole, & nelle opinioni: & perche il medico deue fondarsi in quelle cose che si fanno, hauemo trattato di quelle che per hora ne occorrono, con intentione di scriuerne anco delle altre, se ne verranno alle mani.

Questo basta hauer detto delle stagioni dell' anno, è tempo di trattar delle acque, & di ciò che si bene: & prima tratteremo delle acque, come quelle che anco sono prima di sua natura.

Il fine del primo Libro.



DEL



DELLI ROMANI
 ET DEL CONSERVARE
 LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Secondo.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.



Delle Acque. Cap. I.

LE Acque, le quali sono in uso a Roma, oltre quella del fiume Teuere, sono di più sorti, perche alcune sono dolci, alcune medicinali; delle dolci alcune sono di pozzo, altre piovane, & altre di fontana, com'è quella della fontana di Trinio; quel fonte piccolino, che è alla ripa del fiume, che guarda verso la Toscana, che è discosto da S. Spirito quasi un tratto di pietra; l'acqua crabra, la qual hoggidi si chiama la Marana; la fontana di S. Giorgio, chiamata da alcuni la fontana di Iuturna, hoggidi quasi non sono in uso per bere; le fontane medicinali tutte sono in qualche uso per bere, com'è quella di S. Giovanni nella marmorata vicina alla via Appia, discosta dalla città due miglia: L'acqua vicina a S. Paolo, quella di Anticoli, perche anch' ella si mette tra le medicinali. Quelle di Pozzo vicine

Di quante forti sono le acque che s'vsano a Roma?

Fontana di Trinio. Fonte piccolo appresso S. Spirito. Fonte dell'acqua crabra, cioè la Marana.

La fontana di santo Giorgio.

Le fontane medicinali quali sono. La fontana a Santo Gio. alla marmorata.

La fontana di santo Paolo.

L'Acqua d'Anticoli.

E 2 cine

La differenza che è, tra l'acqua del Teuere, & l'acqua de pozzi vicini al Teuere.

La differenza che è tra le acque de' pozzi di Roma, & quelle di Borgo.

Le acque de' pozzi di Roma, qual danno portano.

Le acque de' pozzi di Borgo, qual vile portano.

cine al Teuere, sono della medesima natura del Teuere; ma vi è questa differenza, che non sono sempre d'vn' istessa qualità, perche sono torbide, quando il fiume è torbido; ma quando è quieto, sono chiare. Ma tra le acque de' pozzi, che sono nella Città, & quelle che sono in borgo, vi è una grandissima differenza: percioche queste nascono d'una terra soda, la qual è assai simile alla creta, & all'arena forte, la qual è molto tenace, e per questo sono limpide, purgate, sottili, & sane; quelle poi, perche passano per vno terreno composto di frammenti di case, difatto, quasi tarlato, & spesse volte sordido, & appresso alle Chiaucche, & condotti pieni di bruttezza, sono sporche, grosse, & totalmente nocieue, eccetto se per sorte passano per qualche acquedotto artificiale, ouero che nascano da qualche terreno fermo, sodo, & sincero; quelle poi sono molto al proposito per bere, & atte a cuocer le carni, & legumi, & a far pane: Queste per il contrario non sono atte ad alcuna cosa tale: Oltra di questo, perche si fermano troppo nel ventre per la sua grossezza, riempiono troppo la milza; & si come anco rendono le carni rosse, & sordide, quando con esse si cuocono, & non bianche, come fa quella del Teuere, così dentro del corpo impediscono la concottione, la quale è molto simile alla elissatione, & fanno che i corpi, perche sono notabilmente escrementosi, siano inchinati a patir obstruizioni, sabbia, & pietra. Et questo basta delle acque de' pozzi, seguitano le piovane.

Dell'Acqua che piovae. Cap. II.

Qual acqua che piovae, è bona.

Qual acqua che piovae, è cattiuua.

Quello che dice Hippocrate delle acque di cisterna.

L'Acqua che piovae, la qual di meza estate è nata in molto tempo dalle nebbie portate sopra l'aria, & che non sia brutta, per gli escrementi de i tetti, & della terra, per i quali passa (si come dice Hippocrate nel libro dell'aria, & dell'acque) è sottilissima, chiarissima, leggierrissima, & soauissima, & (per dirlo in vna parola) miglior di tutte. Ma quando è raunata, & conseruata nelle cisterne, oltra che è solita imbrattarsi, & sporcarsi da i luoghi onde corre, & ne i quali si ferma, ne segue anco, che si può far vitiosa, corrotta, & putrefatta per li vapori cattiuui di quel luogo doue nasce (se pure anch'esso haueà difetto nell'aria) le quali spesse volte si mescolano con le nebbie, che si conuertono in acqua: così sente Hippocrate nel libro dell'aria, & dell'acqua, dicendo: Le acque, che piovono, hanno cattiuuo odore: percioche sono poste insieme, & congiunte con molte acque, & per tal causa presto, & facilmente

te si corrompono. Così in quei luoghi doue si beuono le acque paludose, come è a Corneto, & ad altre Città vicine al nostro mare, le quali beuono le acque di cisterna, non sono manco mal sani di quelli, che beuono le altre acque cattiuue; eccetto se alcuno volesse attribuire la causa di questo effetto cattiuuo all'aria natiuua di quel luogo. Di modo, che non è fuor di ragione il credere, che le acque delle cisterne di Roma, siano dell'istessa natura, che sono quelle de gli altri luoghi, c'hauemo detto: percioche anco quini ad Hostia è vn' notabile stagno, circondato dal mare, doue è l'aere grosso, denso, caldo, & humido; onde poi li vapori, insieme con quelli, che nascono a Roma dalle chiaucche, da i pozzi, & dal terreno istesso, saliti in alto, & mescolati con le nebbie, che vengono d'altri luoghi, & poi conuertiti in pioggia, rendono l'acqua, che piovae non manco mal sana, di quella, della quale parlaua Hippocrate. Talmente che è verisimile, che quest'acqua si corrompa facilmente, & che habbia il sapor di terra, & di gambari, (come si dice) il qual è indicio di putredine, & che produca a quelli che la beuono raucità, grauezza di voce, & qualche volta ancora dolor di denti.

Se poi è vero, che l'acqua che piovae, astringa, (come pare, che Galeno voglia inferire nel settimo de i medicamenti locali, & molti altri) l'acqua di cisterna nella città di Roma, sarà tanto più cattiuua, quanto più gli huomini sentono lesione dalla stitichezza del corpo: percioche, essendo i cibi, che sono in uso a Roma, di poco nodrimento, (onde è necessario pigliarne tanto più spesso, & in maggior quantità, si come a basso meglio si dirà) ne seguita, che gli huomini hanno di bisogno d'hauer il corpo lubrico. Però è espediente conoscer tutte queste cose con l'esperienza; ma per adesso basta hauerle accennate, accioche da qui inanzi gli huomini incomincino ad auuertirli con maggior diligenza, li quali voglio, che con me sappiano, che le acque, che piovono, le quali si raunano da i vapori de' luoghi spaciosi, & da vn' ottimo, uguale, & salubre aere, nè pigliano alcuna infettione da i luoghi, per i quali corrono, & ne i quali si conseruano, sono sane, & sicure: percioche non componendosi di cose dissimili, come fanno le acque dette di sopra, ma di simili, non così facilmente si corrompono: & perche sono intiere, & quasi pure, (se bene alcuni stimano, che siano alquanto più graui, per la lunga dimora, che fanno in que' vasi così ampli) nondimeno se saranno beuute, & ritenute dentro nel corpo, non possono offendere, per la loro grauezza, più di quello, che facciano i vini chiusi nelle boti, & poi beuuti.

Di qual forte siano le acque di cisterna, che sono vicine a questo Mare.

Di qual forte sono le acque di cisterna di Roma.

L'effetto cattiuuo delle acque di cisterne cattiuue.

L'Acqua di cisterna, come è peggiore a Roma, che altroue.

Quali sono le buone acque di cisterna.

Della fontana di Triuio, & della Salonia.

Cap. III.

L'acqua della fontana di Triuio era l'acqua vergine.

L'acqua della fontana di Triuio poco rinfresca, & lascia di dietro di molta sporchezza.

Questa acqua genera calculi ne i corpi humani.

QUESTO basta hauer detto delle cisterne, passiamo alle fontane. L'acqua della fontana di Triuio, la quale altre volte si chiamaua Acqua vergine, era più celebrata per toccarla, che per beuerla; ma adesso ha poca forza, così nell'vno, come nell'altro: percioche si sente manifestamente al toccarla, & al beuerla, che poco rinfresca. Oltre di questo si vede notabil difetto in essa, che lascia gran sporchezza ne i suoi acquedotti, la quale spesso si conuerte in sasso di notabil grandezza (che si chiama Tartaro). Talche, si come di fuori genera queste dure pietre, così presa per bocca, produce parimente calculi nelle vie, per le quali passa: onde ne seguita, che i Medici, che persuadono a loro infermi, che patiscono tal male, a beuer di quest'acqua, sono in grandissimo errore: nè è bisogno, che s'escusino, che hora si confonda con altre acque forastiere, come con quella, che viene dalla fontana, chiamata la bocca del Leone, la quale per commune opinione di tutti è cattiuu: percioche così ben prima, come adesso, si può vedere, che produceua questi tartari in certi acquedotti molto antichi. Talche per ogni ragione s'ha da credere, ch'ella sia cruda, e molto atta a generar delle pietre.

Dell'acqua Salonia.

ALTRE volte hauemo scritto nel presente libro, quello, che già hauemo detto dell'acqua di Triuio; ma adesso, essendo aggiunta a questa vn'altra acqua chiamata Salonia, non mancaremo di scriner anco in questo luogo, tutto quello, che fin qui hauemo scoperto intorno a la medesima acqua, la quale con molto maggiore, & incomparabil'abondanza, & copia d'acqua, a guisa d'un gran fiume empiedo tutto questo canale, con tre gran bocche salta fuori al luogo dou'è la fontana di Triuio, & orna quasi tutta la Città di fontane piccole, & grandi. Accioche adunque quest'acqua si conducesse in Roma, Pio iiij. cominciò vn maggior canale, fin' all'acqua chiamata Vergine, il qual fu poi finito da Pio v. & ultimamente Papa Gregorio xij. ha procurato, che fosse diuisa, & condotta per la Città con li suoi canali, a i luoghi publici, & priuati; & ha anco dato compimento a così honorata impresa.

Opera di Papa Pio Quarto.

Opera di Papa Pio Quinto, & di Gregorio xij.

Que-

Quest'acqua Salonia nasce (come si dice) trà l'Leuante di estate, & il Leuante di primavera, in vn luogo chiamato adesso Falonio, ma anticamente (si come alcuni vogliono) fu chiamato Villa di Lucullo; la quale (secondo alcuni) è distante da Roma otto miglia: essa prima esce con impeto con due gran capi d'acqua, salta fuori d'un sasso nero durissimo, & molto graue, il quale nel luogo doue nasce l'acqua con gran difficoltà si taglia; ma leuato da quel luogo, ancor che sia sodo, & secco, non si taglia con molta difficoltà: è poi anco assai graue, & questa grauità si conosce ancora, quando è ridotto in poluere: oltre di questo, ha delle parti, le quali con grandissima difficoltà si riducono in poluere, & alcune con manco; onde si può quasi comprendere, ch'ella si compone di certe piccole pietre di marmo, & forse anco di vetro, trasparenti, & bianche, & di qualche pietra di selce; nel resto poi ha la natura del toffo: oltre di questo è totalmente senza sapore, & senza odore; l'inuernata è calda, l'estate fredda, & nel leuar del Sole non è molto fredda, ma nel tramontare è freddissima; & questo è inditio, che nasce nel profondo della terra, come quella, che s'intepidisce alquanto nell'arriuare, che fa il Sole all'Orizonte per questa causa, cioè, che per esser l'aria della mattina più fredda, che d'altra hora, al tempo dell'estate, i vapori della terra caldi, non possono così facilmente essalare: onde non è poi marauiglia, se quest'acqua, nell'uscire che fa dalla terra, trouando quei vapori in certo modo caldi, anch'ella alquanto s'intepidisce. Ma nel giorno, essendo tutti quei vapori tirati fuori dal profondo della terra, all'altezza dell'aria, dalla forza del Sole, & essendo tutti li meati della terra aperti, quell'acqua liberata da ogni alieno calore, & seruando in se la sua natural qualità, ch'è frigidissima, si rinfresca ancora più. Percioche, si come nel mezzo dell'estate, per i gran caldi, le cantine sono molto fredde; se poi pioe assai, & in modo, che l'aria vicina si faccia fredda, subito s'intepidiscono, ma poi tornando il caldo nell'aria, subito ritornano al freddo di prima; così è da credere, che intrauenga a quest'acqua in simil caso. Ma lasciamo questo da canto, con animo di dichiarar vn'altra volta qual ha detto meglio, ò Aristotele, ò Hippocrate, di questi tempi, & della refrigeratione. Hora torniamo a casa.

Quest'acqua poi è chiarissima senza sapore, & senza odore alcuno, & in quanto al peso è stimata la più leggiera che sia trà le nostre acque più approbate; se poi l'acqua dell'vn' & l'altra di queste fontane è distillata, ne resta sempre vn certa poluere salsa (come alcuni dicono) ma in

Doue nasce l'acqua Salonia.

Villa di Lucullo.

Come sia la pietra doue nasce l'acqua Salonia.

Le qualità di questa acqua.

Per qual causa quest'acqua sia d'estate fredda, & l'inuernata calda.

Per qual causa quest'acqua, è calda nel mezzo giorno.

Quest'acqua è chiara & leggiera.

una

Quest'acqua non fa bianca la carne, che in essa bolle, & onde nasce questo effetto.

Quest'acqua non penetra al profondo de i corpi, & per qual causa.

una più, & nell'altra meno: Oltre di ciò quest'acqua non fa bianca la carne, che in essa bolle, come fa quella del Teuere, cacciando essa in dentro con la sua grossezza l'umor rosso, onde poi ancor la carne nel profondo si troua rossa, laqual cosa non s'è mai vista nell'acqua del Teuere: Onde ragioneuolmente s'hà da creder che pigliata per bocca, non così bene humetti, come fa quella del Teuere: percioche si come non penetra ad ogni minima parte della carne, quando con essa si cuoce, così è da pensare, che non penetra, se non con gran difficoltà, ad ogni minima parte del nostro corpo: onde anco essendo stimata fredda, & grossa, non molto facilmente uscirà per l'orina.

Talche bisogna saper che l'acqua vergine, se pur è l'istessa con la Salonia (come poco fa haucemo detto) è sempre stata in poca stima per beuere; Onde Plinio dice: Quanto più l'acqua vergine è lodata per il toccare, tanto più la Martia è lodata per il bere. Et Martiale nel lib. 6. in certi versi parlando delli bagni d'uno chiamato Etrusco, disse di questa acqua:

Ritus si placeant tibi Laconum
Contentus potes arido liquore,
Cruda Virgine, Martiaq. mergi.

Liquali versi in volgare si potriano tradurre in questo modo.

Se de' Laconi a te l'vianza piace,
Poi che sudato sei, merger ti puoi
Nell'acqua Martia, & nella cruda Vergine.

Eccetto se alcuno vorrà esporre questa parola cruda, cioè non cotta, non scaldata, ma fredda; anzi Galeno nel 6. dell'Epidemie nella settione 4. al commen. 10. mette che in Roma non entra nissuna sorte d'acqua cruda, eccetto una che viene da Monti di Tuoli, & perche hà in se una

certa qualità salsa, come si vede da quello che già s'è detto, è di danno alli magri, & à quelli che viuono sobriamente, perche gli sminuisce anco più; giona poi alli grassi, alli flegmatici, & à quelli che hanno lo stomaco pieno, con impedir li grassi, che non s'ingrassino anco più: & si come imbianca meglio li panni lini, & li fa più netti, che non fa quella del Teuere, così purga meglio, & rende più netti li corpi delli grassi da ogni sporchezza: all'estate poi, è manco utile, che l'inuernata per causa del sale che hà seco, & all'opposito è all'inuernata, perche sminuisce la flegma, che in quel tempo cresce; all'estate parimente non può impedir che la bile non cresca, altrimenti di quello che fa l'acqua del Teuere, nè manco così facilmente può sminuir la sete, come fa quella.

Di

Di quella piccol fontana ch'è nella ripa del Teuere appresso S. Spirito. Cap. IIII.

QUEL piccol fonte ch'è nella ripa del Teuere, che finisce la Toscana, distante da S. Spirito uno tratto di pietra, & che nasce verso Ponte Sisto, è poco fa venuto in uso per beuanda, & hà tutte le qualità che si richiedono per una bonissima acqua, è però (si come alcuni hanno prouato) manco leggiera che non è quella del Teuere longo tempo purgata, nasce da uno colle alto, & pieno di terra, verso il luogo doue leua il Sole di estate: per la qual cosa la sua acqua merita d'esser stimata, tra le migliori acque di Roma: & questa è mente d'Hippocrate nel libro che fa dell'aria, & delle acque: il qual dice che quelle acque sono bonissime, le quali nascono nelle colline alte, e piene di terra, & tali sono dolci, bianche, & portano poco uiso, & l'inuernata sono calde, all'estate fredde, & nascono da profondissime fonti; quelle poi che nascono verso il leuar del Sole, meritano esser più lodate, & massime al leuar del Sole l'estate: Questo dice Hippocrate. Ma perche le acque hanno certe proprietà, le quali non si possono perfettamente conoscere senza la ferma, & longa esperienza, l'uso continuo, ilqual è il vero giudice di simil cose, insegnerà a pieno di qual natura sia questa acqua.

Doue nasce la fontana di S. Spirito. Per qual causa quest'acqua è bona. Nota il detto d'Hippocrate sopra la natura dell'acque.

Le acque che nascono doue leua il Sole d'estate sono le migliori di tutte.

Dell'acqua del Teuere. Cap. V.

BENCHE habbiamo già diffusamente trattato, in un'opera appartata, dell'acqua del Teuere: nondimeno mi pare conueniente in questo luogo di discorrer alquanto sopra questa medesima acqua, & di dir alcune cose necessarie alla presente opera, accioche le persone, mentre che leggeranno questo mio libro, non siano forzate fuori di proposito di diuertirsi da questa per legger quella.

Però bisogna saper, che l'acqua del Teuere auanza di gran lunga in bontà tutte le acque, che sogliono esser in uso per beuer nella Città di Roma, purchè però sia ben purgata, la qual cosa rare volte accade, che possa esser prima che siano passati sei Mesi: Onde lodo, che nissuno si lasi dissuader di usarla, perche alcuni dicono, ch'ella è chiara &

L'acqua del Teuere è la miglior che si beua a Roma.

L'acqua del Teuere non si purga bene, prima di sei Mesi.

F incor-

Quello che dice Plinio di quest'acqua nel lib. 31. capit. 3.

Quest'acqua nuoce alli magri, & giona alli grassi, & per qual causa.

Come d'estate è malfana, & d'inverno è sana, & a quali.

Come alcuni credono che l'acqua del Teuere habbia del solfo, & dell'alume.

Come genera calculi nelle reni, & nella vesica.

Nessuna acqua per bona che sia, è pura, e semplice.

Per qual causa alcuni credono che l'acqua del Teuere generi calculi.

L'acqua del Teuere resta incorrotta non per l'alume, & solfo, ma per la sabbia ch'ha in se.

Come si proua che quest'acqua non ha in se alume, o solfo.

Come si proua che quest'acqua ha in se solfo, o alume.

incorrotta, non per sua natura, ma per le acque aluminose, & solforee ch'entrano nel Teuere dalle bande di Tiouoli, & altroue, & ch'è necessario che sempre habbia in se qualche poco d'alume, & di solfo, & in somma che sia troppo medicinale, & difficile da digerire, anzi quantunque sia limpidissima quando si mette al foco, sempre depone certi atomi, onde non potendosi mai ben purgare, è necessario che generi delli calculi, & nelle reni, & nella vesica: & questo interuiene non solo per la sua immunditia, ma ancora per la presentia dell'alume, & del solfo: questi adunque ricercano nell'acqua del Teuere quello, che non si troua in alcuna sorte d'acqua, quantunque sia di ottima natura, atteso che si sa bene, che niissima sorte di acqua è totalmente semplice, & pura, essendo mista tutta quella, che comunemente è in uso: percioche si come in qual si voglia sorte d'acqua, si vedono quelli atomi, & nell'aria alla sfera del Sole si vedono quelli minuti corpusculi, chiamati anch'essi atomi, così il fuoco nell'acqua moue più o meno tali atomi. Ma questo si dice dell'acqua del Teuere, perche essendo spesso da questi tali meglio considerata, che le altre acque, vi ritrouano quasi sempre dentro questi corpusculi, ma delle altre, si come non si curano di farne la proua, così anco non sen'accorgono come fanno con l'acqua del Teuere. Non uale adunque questa consequentia, l'acqua del Teuere mena seco questi atomi, adunque sarà causa di calculi nel corpo, perche a questo modo tutte le acque che si beuono, produriano in noi, o più, o meno l'effetto di calculi: per la qual cosa non hauemo d'abborrir l'acqua del Teuere per questi atomi che in essa si vedono, anco quando è limpidissima nè hauemo da lassar più quella, che qual si voglia altra sorte d'ottima acqua.

L'hauer poi paura dell'alume, & del solfo, non è altro che cercar in quest'acqua, quello ch'al certo non hàz prima perche non è incorrotta, & chiara per il solfo, & per l'alume, ma per causa dell'arena forte, nella qual si cola, mentre che corre (si come hauemo disputato nel proprio libro) & poi perche l'acqua non è com'è il vino, il qual col suo sapore, & odore può offuscare la qualità d'una cosa, che gli sia mescolata: ma è necessario che quanto più è senza sapore, tanto più presto, & facilmente sparga al senso tutto quello ch'ha in se di sapor esterno. Però l'acqua del Teuere, o che sempre purzaria di solfo, o che nel gusto mostraria l'alume, o almeno nel clarificarla, o nel scaldarla, o nel distillarla, daria manifesto inditio dell'uno, & dell'altro, cosa che non si sente, nè in un modo, nè nell'altro: Ma quelli che sono di tal opinione, dicono, che le acque, & solforee, & aluminose, le quali entrano nel

no nel Teuere gli possono persuadere questa sua opinione, alla qual ragione però si risponde; che considerando la copia del gran fiume, & insieme la poca portione di queste acque, & appresso la mistura che fanno con altre acque, prima che sbocchino nel Teuere: & di più considerando (poi ch'hanno sboccato dentro) l'attritione, assotigliatione, & espurgatione che di continuo si fa, per quella cretosa sabbia, (si come hauemo insegnato nel secondo, & terzo libro dell'acqua del Teuere) è cosa assai manifesta, che tutta la qualità del solfo, & dell'alume è superata, & distrutta dalla moltitudine dell'altre acque, & poi che tutto il solfo, & tutto l'alume, (se pur ve ne resta portione alcuna, poiche quelle acque hanno sboccato nel Teuere) s'espurgano da quella sabbia forte la quale perpetuamente va voltandosi per il fiume, si come accade che l'acqua composta con la creta, purga (come si vede) le macchie de i panni di lana: & questo anco si vede chiaro, perche poi che l'acqua del Teuere è ben purgata, non mostra cosa alcuna tale: (come hauemo detto.) S'oppongono anco costoro, che quest'acqua participa di solfo, & di alume, & lo prouano con un'altra ragione, con dir, che gli habitanti della città di Roma patiscono comunemente calculo: & questo bisogna che sia per qualche causa commune, cioè, o dall'aria, o dall'acqua del Teuere, ch'è commune a Roma, non si può dir dall'aria, adunque bisogna che venga dall'acqua, se adunque quest'acqua ha possanza di generar la pietra, & vi sono indicij manifesti di solfo, & alume, adunque haueria in se, & solfo, & alume, & per consequentia sarà vitiosa. Ma questa ragione, è totalmente debile, perche se questo male venisse a tutti, o alla maggior parte, o a quelli soli che beuessero di quest'acqua: certo saria cosa ragionevole a creder che la loro opinione fosse vera, ma vedendosi manifestamente, che quelli che beuono l'acqua della fontana di Triuio, & altri in questa Città che non beuono acqua, ma solamente vino, patiscono questo male, non solo manco, & più rare volte, ma molto più spesso, si può concluder, come hò detto, che questo non seguita.

Vi aggiungo un'altra ragione che Papa Paolo iij. antepoendo questa acqua sola a tutte le altre, tanto la stimaua, che se la faceua condur seco a Loreto, a Bologna, & a NiZZa, & in ogni luogo doue andaua, & hauendo visso così longo tempo in sanità, non ha mai sentito lesione alcuna di questa infirmità (si come intendo) talche con questo solo essemplio; ogn'uno si può riposare, che la cosa sia a questo modo: tanto più perche quell'huomo per la sua longhissima esperienza delle cose, & per

F 2 la sua

Come questa ragione non concluda.

Come la qualità del solfo, & dell'alume, è superata dalla gran copia dell'altre acque.

Come per altra ragione l'acqua del Teuere ha del solfo, & dell'alume.

Come la seconda ragione non uale.

Autorità di Paolo Terzo, che proua la bontà dell'acqua del Teuere.

la sua somma prudentia era nato per mantener, & conseruar gli huomini in sanità.

Vn'altra ragione, che proua, che quest'acqua genera calculi.

Altri poi instano con vn'altra ragione, dicendo, che quest'acqua è prima torbida, & poi si compone, & s'accresce con molti altri fiumi, & tutte le acque di simile natura, (si come dice Hippocrate nel libro dell'aria, & delle acque) non possono fare che non generino pietra, adunque anco questa genererà le pietre.

Risposta a questa ragione.

A questa ragione rispondo, & dico, che quest'acque non si possono putrefare, nè possono esser crude, per la continua mistura che si vede tra esse, & l'arena forte: & poi se esse perpetuamente conducessero seco questa torbidezza, o almeno la sua qualità, senza dubbio non si potria negar quello che dicono: percioche si come molte sorti di acque, mentre che si conducono per canali, lassano non solo nel fondo, ma per i lati, & in ogn'altro luogo, certe croste sassose, come quelle che non si possono priuar di questi escrementi: così queste acque, entrate nello stomaco, mentre che per le vene passano alle reni, & alla vesica, essendo ancora infettate da tali escrementi: lassano parimente ancora in quelli luoghi una simile materia. Ma perche l'acqua del Teuere, quando è riposta ne i proprij vasi, spontaneamente si purga da questi escrementi, nè manco imbratta i lati, nè il circuito di quelli vasi, sino alla sommità, ma manda tutta la sporchezza al fondo del vaso: è anco verisimile, che se si beue, mandi tutto il suo escremento al fondo del ventricolo, come fa nel vaso, & poi già monda da questo, & ben purgata, passi liberamente per le vene alle reni, & alla vesica, non potendo condur seco quella sporchezza, se subito che si ferma la manda al fondo: Onde nasce che i brodi delle carni cotte a lessò, mentre che lassano i loro fondacci ne i piati, perche non li portano seco per il corpo non possono causar calculi. Per questo accade ancora che il liquore chiamato chilo composto di pane, di carne, & di altre cose tali, perche lassa nel fondo del ventricolo tutti li suoi escrementi, portato per il corpo non produce di sua natura alcun calculo: altrimenti tutti quelli ch'offeruano tal regola di viuere, patiriano questa infirmità. Non sò poi se debba dire, o tacere vn'altra cosa, che vi sono alcuni i quali sogliono cacciar fuori per l'orina alle volte della sabbia, & che mentre per la paura di tal cosa lassano quest'acqua, & temperano il vino con altra forte d'acqua, cacciano fuori manco sabbia per via dell'orina: ma quando per difetto di qualch'altra acqua, beueno di nono questa, all'hora fanno l'orina con maggior copia d'arena che prima: & perche questa cosa

non

Differenza notabile tra l'acqua del Teuere, & le altre acque.

L'acqua del Teuere manda subito al fondo del ventricolo la sua sporchezza.

Come il chilo lassa nel fondo del ventricolo la parte più grossa.

non è stata insin hora auuertita da alcuno, & dà occasione di metter in dubbio tutta la bontà dell'acqua del Teuere, a me, che difendo le parti di quest'acqua, saria licito il tacere, ma per il contrario conoscendo ch'io son per portar grand'utile al mondo, s'io determinarò questa cosa, cioè se è vera, o falsa, & se è vera, in qual modo, quando, & per qual causa ciò accada: io iudico, che non posso lassarla senza biasmo d'inuidia, o d'ignoranza.

Nota il dubbio che si può far sopra la bontà dell'acqua del Teuere.

È adunque necessario, che tal effetto seguiti, o per l'acqua istessa, o per il modo d'vsarla, o per causa di colui che l'usa: se fosse per causa dell'acqua, questo accaderia o a tutti, o alla maggior parte: la qual cosa di sopra è stata ributtata; Ma se procede dal modo di pigliarla, perche quelli che beuono, la mescolano con le cose che hanno facoltà di generar sabbia, come fanno quelli, li quali per paura c'hanno di quest'acqua beuono molto più vino, che non sono soliti a fare, & già si sa che il vino suole generar sabbia; (si come a basso meglio si dichiarerà.) Ma se questo effetto seguirà per causa di colui che la beue, tal cosa accaderà, perche hauerà le cavità delle reni più larghe, che non comporta la natura: nelle quali l'orina ritenuta più del douere, si conturba, si putrefa, & si conuerte in sabbia: Onde quanto maggior quantità d'acqua beuerà, la qual sia di facil alteratione, com'è l'acqua del Teuere, tanto più facilmente l'acqua in quelli luoghi si corromperà, & si conuertirà in sabbia, & così poi si manda fuori con l'orina: & a questa maniera i calculi non si genereranno per quest'acqua, ma per il vino mescolato con essa, o per la figura delle reni di colui che beue: & così hauemo risposto alla questione, nella qual si ricercaua, perche alcuni i quali, essendo soliti orinar sabbia, se mescoleranno il vino con altr'acqua, che con quella del Teuere, ne faranno molto manco, ma se beueranno il vino con questa, parerà alle volte che ne faciano molto maggior quantità.

Onde procede la causa di tal effetto.

Come il vino suole generar sabbia.

In qual modo l'acqua generi sabbia.

Più abbasso però si tratterà con maggior diligentia della disposizione di quelli che fanno sabbia, & calculi.

Ma accioche il ragionamento di questa nostr'acqua del Teuere non s'estenda troppo in lungo, supponiamo che se sarà ben purgata: ilche non può esser prima che passino i sei Mesi, sarà trasparente, sottile, suaue, & leggiera, & appresso di facil alteratione: & benche intanto che si conserua ne i vasi di terra, non si corrompe, ilche accade per quelle ragioni che hauemo detto nel secondo libro delle acque del Teuere, & per quella tenuissima, & leggerissima sabbia, che nella superficie, & massime di sopra la circonda, & la difende anco dell'ingiuria dell'aria vicina,

In quanto tempo l'acqua del Teuere si purghi.

L'acqua del Teuere si altera facilmente ma però non si corrompe, & per qual causa.

(come

(come fa l'oglio che conserua il succo delle herbe,) & non la lascia corrompere; se però è composta con altre materie, facilmente si altera, & comporta poca quantità di vino, & si come presto, & spontaneamente si purga da quella sottil' sabbia; così non può portare, & condurre sabbia alle reni, & si distribuiffe facilmente per tutto il corpo, & per questo anco non può stringer il ventre: alla qual cosa douemo hauer gran cura, principalmente in questa Città, si come abbasso s'insegnerà; onde ne seguita che tra le acque dolci che si beuono a Roma, questa è la più sana.

L'acqua del Tevere è la più sana di quelle che si beuono a Roma.

Delle acque medicinali. Cap. VI.

POICHE hauemo a bastanza parlato delle acque dolci, è cosa conueniente passar alle medicinali; Di queste, alcune sono calde, alcune fredde, le calde hanno seco ò odore, ò sapore, ò qualche altra qualità: Ma se alcuna ve ne sarà, che sia perpetuamente calda, & che però sia senza odore, & senza sapore, questa sarà dolce, & bona da beuere.

Varie cause del calor delle acque medicinali.

Quanto alla causa di questo calore, alcuni l'attribuiscono al solfo, altri al solfo, & all'alume, insieme con il bitume, altri al solo bitume, altri al solo alume, altri alla calce viva; sopra la qual le acque che vi corrono, si scaldano, altri alla calce, & alla cenere insieme, alcuni altri alli flati caldi serrati nelle intime viscere della terra, li quali si conuertono in acqua in quel modo istesso, che fanno li vapori nebulosi in mezzo il Cielo, li quali flati poi si possono riscaldare ò da i raggi del Sole, che penetrino le intime parti della terra, ò dalla sostanza del fuoco, che di continuo si troua dentro della terra.

Nota come li flati possono scaldar l'acqua.

Gli autori di queste opinioni si contradicono talmente l'uno, l'altro, che mi pare cosa vana fermarsi troppo per fargli conoscer il suo errore; Ma quelli che vogliono, che la causa del calore sia il fuoco: percioche alcuni sin hora tengono fermamente questa opinione con molte ragioni, si oppugnano, & principalmente con questa: che le acque dolci nel tempo dell'inuernata sono calde, anco senza fuoco: Hora questi si difendono con dir, che tali acque sono calde, ma non bolleenti, & loro pongono nel fuoco la causa non del calore, ma del bollire, alche si risponde, che facilmente quel calore cresce tanto, che si può far bollente, si come si vede nel letame, il quale alle volte tanto si riscalda, che diuen-
ta fuoco,

Come la causa del calor delle acque non può esser il fuoco.

Molte cose si fanno bollenti senza fuoco.

ta fuoco, il simile si vede nel vino nouo posto nella botte ben chiusa, ancor che di sotto non vi sia fuoco alcuno, tanto si riscalda, che comarauiglioso impeto salta tutto fuori del vaso: oltre di questo, il calore, ch' a quel tempo sempre si troua nelli vinacchi, tanto cresce alle volte, che niissuno può quasi toccarli: il simile si può dir dell'attrabile, la qual anco senza fuoco (come dicono i Medici) si fa acerrima, & bollente, & appresso cose assai che si corrompono senza fuoco, diuentano molto calde; & da esse nasce uno liquore parimente caldo: Riscaldandosi dunque molte cose senza fuoco, non è necessario a concludere che la causa del feruor delle acque, sia il fuoco, & tanto più perche quando il fuoco scalda la terra, bisogna che anco la faccia più rara; & da questo ne seguita che ella habbia molto più meati, & più larghi, che non haueua; come accade l'estate per il calor del Sole: & così se sarà tanto aperta, non vedo come l'acqua possi esser impedita che non scenda nelli luoghi del fuoco, & che in non lo smorzi; poi che questi tali s'immaginano, che il fuoco sia sotto l'acqua, come sotto un vaso. Et queste cose siano dette come quasi fuori di tempo contra di quelli, li quali attribuiscono al fuoco la causa del calor dell'acqua: Potrà alcuno dire, che la causa commune del calore trouato nell'acqua, sia l'ostruttione della terra, nella qual l'acqua si contiene; ma la propria causa sarà particolarmente nell'acqua; & questo si fa ò per la sua mistura, ouero per la mutatione, che fa da una terra à l'altra, causata da maggior ò minor ostruttione, come quella che se sarà poca, produce solamente il calore, se è assai, vi si aggiunge il sapore, & poi l'odore; ma se sarà molto più, ne seguitarà un manifesto fetore; percioche è da credere che si come di fuori sopra la terra si vedono piogge, fiumi, laghi, & mari; così sottoterra vi siano innumerabili stillationi di acque, grandi, & quasi inestimabili voragini, nelle quali cauando la terra al basso possono vederli tanti & si gran fiumi, che da quelle cauerne corrono fuori; così si può giudicare, che facciano altroue hora sotto, hora sopra il mare. Talche per l'ostruttione della terra, perche le acque in serrate non hanno la sua respiratione, pur che non si putrefaccino, si fanno calde solamente, Et per questo Hippocrate nel libro della natura del putto, dice che li fonti, & le acque del mare sono più calde, & in maggior quantità l'inuerno, che l'estate, perche li spiriti suoi, mentre che fanno la sua essalatione, non potendo passar per li meati della terra, che già è fatta dal freddo talmente densa, che non li può riceuere, ritornano all'istessa acqua, & la rendono alquanto più calda; Così è il letame, il quale
ammassa-

Come il fuoco non è causa del calor delle acque.

Come la causa del calor dell'acqua non è l'ostruttione della terra, ma particolarmente nell'acqua.

Come nell'acqua si produce il sapore, & l'odore, & poi anco il fetore.

Come sottoterra sono molte acque. Sottoterra sono fiumi, come disse sopra.

Come per l'ostruttione della terra l'acqua si fanno calde.

Per qual causa le acque sono più calde l'inuerno, che l'estate.

ammassato in gran quantità, & condensato si fa molto più caldo, che quello che è raro: Così parimente accade delle vesti di pelle, se saranno legate insieme, & ben serrate, da se stesse s'abbruciano, come dal fuoco; (si come alcuni fanno fede di hauere alle volte veduto) Talche questa sorte di acque per la maggior parte sono dolci, & l'inuernata spesse volte calde, l'estate poi sono fredde; ilche nasce perche la terra si fa rara, & leggiera per la uehemente penetrazione del Sole, che da lei tira l'humido a se. Ma quando nascono da luoghi sottoterra, li quali così d'inuerno, come d'estate hanno ò poca, ò nulla transpiratione, non è gran cosa, che tutto l'anno si sentano calde; Onde Vitruuio nel lib. 8. al cap. 3. dice, che vi sono alcune fonti calde, dalle quali corre acqua d'un ottimo sapore, la quale è tanto suaua, che se le Muse ne potessero hauere, non desiderariano di beuer quella di fontana, nè l'acqua Martia, che salta così bene: Et Aristot. nel 24. delli problemz dice, che le acque Magnesie, & Artane, che sono calde, sono buone da beuere; Ma se quella ostruizione v'è molto crescendo, le acque non solo si scaldano, ma si corrompono, & si putrefanno, & diuentano più, & manco calde, odorate, saporite, & puzzolenti, secondo la natura del luogo, & della lor mistura: percioche si come si vede alle volte l'acqua, ancor che sia buonissima lassata ne i torchi dell'vne, ò in qualch'altra fossa di terreno, prima intorbidarsi, & poi scaldarsi, poi putrefarsi, & dopò la putrefattione farsi chiara, & di più hauer vn sapore hora amaro, hora salso, hora acido, secondo che la natura del luogo, & dell'aere circoncino richiede; Così è verisimile ch'accada dentro delle viscere della terra, quando le acque sono totalmente assediate dall'ostruizione, perche prima si corrompono, & si putrefanno, & dipoi si fanno chiare, & leuata ogni sorte di respiratione insieme si scaldano, & pigliano in se quelli sapori, & quelli odori, che possono nascere dalla natura della terra doue si trouano; Come se la terra sarà aluminosa, sentiranno d'alume, se bituminosa, di bitume, se nitrosa, di nitro, se ferrea, di ferro; & così si dirà d'ogn'altra sorte di miniera; ma la maggior parte hanno l'odore di solfo, percioche quasi sempre vi seguita vna gran putredine, la qual quasi mai suol ritrouarsi in esse senza vn certo puzzolente odore, come è quello del solfo, si come ogni giorno si può far la proua nelle acque, le quali si conseruano per uso di beuere, se per sorte si corrompono: Hanno poi anco queste acque in gran parte dell'acido; percioche quelle cose, che hanno più dell'humido, che del secco, come è l'acqua, la qual non è semplice, ma mista; se si corrompono, non si

Nota delle vesti di pelle, le quali se sono ben serrate, tanto si scaldano, che da se stesse s'abbruciano.

Per qual causa le acque sono più fredde l'estate che l'inuerno.
Per qual causa le acque sono sempre calde.

Onde nasce che le acque si corrompono.

L'acqua quando si corrompe, prima s'intorbida, & poi si fa chiara.

Onde l'acqua sottoterra piglia la natura delli minerali.

Per qual causa quasi tutte l'acque minerali hanno l'odore di solfo.

Per qual causa queste acque hanno dell'acido.

conuer-

conuertono in sapore acre, nè amaro, eccetto se alle volte s'essiccassero troppo, ma in acido, si come hauemo insegnato nel primo libro del mal-francesè, con l'esempio del vino, del latte, & del mele; & quanto più si partono dall'acido, & s'accostano ò all'acre, ò all'amaro, ò a qualche altro simile sapore; è da giudicare che la putredine sia stata tanto più uehemente, & che con la sua forza essicchino tanto più, quanto più grande sarà la putredine, che haueranno acquistata, la qual infine suol sempre essicare; & per questo se saranno raccolte ne' vasi, si sminuiranno molto più presto, che non fanno le acque dolci (eccetto però se non lassassero tutta la putredine, & s'accostassero alla natura dell'acqua che si beue) come quelle che si consumano dalla sua propria putredine, & per modo di dire, si rosicano: se poi saranno beuute, perche si fanno grosse, con il sminuirsi per causa della lor putredine, rendono anco il chilo molto più grosso. Onde poi il siero, che si separa dal chilo, portato a le reni, si ferma in molto più del douere per la sua grossezza; & se condurranno seco alcuna sporchezza, la qual sogliono hauer il più delle volte, in la lassano; & da questo poi nasce la causa della generatione delle pietre; per la qual cosa Hippocrate nel lib. dell'aere, & de' luoghi doue parla di queste acque, dice che sono dure, & calde, & si orinano con difficoltà, & sono molto contrarie all'egestione del corpo. Auicenna ancora nel secondo libro al cap. dell'acqua, dice, che tutte le acque minerali fanno difficoltà d'orina. Ma come adesso siano in uso per prohibire li calcoli, forse si dirà più abbasso; Intanto nessuno s'ha da marauigliare, che nascendo esse dalla putrefattione, la quale confonde, & turba tutti li corpi, possano esser per la maggior parte chiare, & splendide; percioche anco il vino quando si corrompe, prima si fa turbido, & poi voltato in aceto, si vede chiaro.

Nè manco obsta alla mia opinione, se bene alcuno si pensasse, che queste acque mai si siano corrotte, perche lungo tempo si mantengono senza alcuna corruzione; come che sia necessario che quelle cose, che si putrefanno, di nuouo si debbano corrompere, & putrefarsi; percioche anco l'aceto, il qual nasce dalla putredine del vino, di sua natura però si mantiene perpetuamente incorrotto; & molte altre acque anco dolci serrate ne' vasi, dopò che vna volta si sono putrefatte, si fanno ben chiare, ma non già mai di nuouo si corrompono, pur che non gli sopragionga causa alcuna esteriore.

Vn'altro opponerà alla mia opinione, che queste acque si fanno acide senza alcuna putrefattione, poi che molte cose si fanno acide senza che

La gran putredine suol sempre essicare.

Le acque minerali beuute rendono il chilo molto più grosso.

Onde si generano li calcoli.

Le acque minerali generano difficoltà d'orina.

Come queste acque prima s'intorbidano, & poi si fanno chiare, come fa il vino quando si corrompe.

Come le acque prima conturbate per la putredine, & poi chiarite, mai più si conturbano, nè si corrompono, come fa l'aceto che da se mai si corrompe. Alcune cose si fanno acide senza alcuna putrefattione.

G

vi

vi proceda alcuna putrefattione, si come se vede nelle cerasse, & in certe sorti de pomi. Alla qual ragione io rispondo & dico, che queste cose non si possono fare senza qualche sorte di putredine, ma bisogna metterci distintione; perche altrimenti s'hà da intendere, quando si dice ch'una cosa si genera, altrimenti quando che si corrompe; perche in quella si camina a maggior perfezione, & in questa a maggior imperfettione. Et che sia il vero, quelle cose che si generano acide, non si corrompono, ma si compiscono, & acquistano la sua perfezione, come fa il pomo, il quale naturalmente è acido; ma quelle cose, che mentre che si corrompono, si fanno acide, la lor mutazione è necessaria per corruzione; come accade in quelli pomi, li quali naturalmente sono dolci; ma quando si fanno acidi, è necessario che si corrompino, & si putrefaccino; dimodo che si può concludere, che l'acqua per esser di sua natura senza sapore, se si fa acida, non si genera, ma si altera, si corrompe, & si putrefa; altrimenti se l'acqua quando prima si genera, si facesse accida, senza dubbio non saria acida per la putrefattione, ma per la sua propria natura, & principio, si come è il pomo, il quale naturalmente è acido; ilche è totalmente contrario alla verità, come hauemo mostrato.

Alcuni poi si marauigliano, come possa essere, che le acque medicinali, le quali per la lor putrefattione si fanno calde, saporite, & in un certo modo purzolenti, corrano in tanta abbondanza; essendo la natura di quello che si corrompe, non di correre, nè di mouersi, ma di star forte, & di riposare. Ma questa marauiglia cessarà, se costoro considereranno le acque, che bollono al fuoco ne i lor vasi, le quali (come si vede) in quello modo saltano fuori dall'estremità del vaso, così fanno tutte le acque che bollono, le quali con hauer preso in se quel gran calore, è necessario che occupino maggior luogo; onde poi tumefatte, se sono in gran copia, mandano fuori i suoi riuoli assai grandi; ma se sono in poca quantità, li mandano piccoli, eccetto se forse dopò che sono putrefatte, correranno sottoterra per qualche condotto fatto da se spontaneamente, lassando però a dietro la maggior parte di quelle cose, che possono fomentar la putredine, che ne può seguire. Ma mi dubito ch'io voglia stender le penne in maggior spatio di quello che sia il mio nido; però concludiamo che la causa del calore nelle acque, cioè prima nelle dolci, è l'ostruttione; nelle altre poi, che hanno sapore & odore, è non solo ostruttione, ma anco la putrefattione. Ne per questo contradico a quelli, li quali credono che ciò seguiti, perche le acque colino, & passino per

Come alcune cose si fanno acide per la putredine, alcune per la generatione.

Per qual causa l'acqua si corrompe quando si fa acida.

Come le acque che si corrompono tanto si mouano, poi che la natura di quel che si corrompe, è di star quieto.

Come le acque calde corrono forto terra.

Come la causa del caldo delle acque è l'ostruttione, ma la causa dell'odore & del sapore è poi la putrefattione.

per un terreno prima caldo, & poi putrefatto; perche la loro, & la mia opinione quasi è la medesima. Ma è tempo hormai di ritornar al nostro proposito ragionamento.

Come l'acqua pot fino esser tale anco per passar per il terreno prima caldo, & poi anco purefatto.

Dell'acqua della Marmorata. Cap. vi I.

QUEST' Acqua, che è distante da Roma circa due miglia vicina alla via Appia, è trasparente senza odore, nè calda, nè molto fredda, non veramente acida, ma poco meno. Vicino a questa ve ne sono due altre, che corrono poco lontano, ch'anco esse hanno alquanto dell'acido, come questa, ma non manco eccellenti; Anzi appresso alla Torre Murancia poco discosto da questo, ve n'è un'altra, la quale hà bene l'acidità alquanto più rimessa, ma è poi molto più grata al gusto, & è anco molto più sana, & più sicura, quanto più s'allontana dall'acidità, dalla qual nasce la putredine, come hauemo detto. Insomma quasi tutto il Latio, cioè la Campagna di Roma è copiosa di piccole fontane, le quali sono acide, & acidette; & queste sono in uso per beuanda appresso alli pastori, con loro grand' utilità, come essi dicono. Oltre di questo è cosa probabile, che quest'acqua sia calda nel primo suo nascimento, si come sono tutte l'altre acque medicinali, perche seguita la putrefattione nata dall'ostruttione della terra, & poi nel passar, che fa per li luoghi della terra, che traspirano, perde quel caldo, si come fa l'acqua dolce, che l'inuernata si scalda per la densità della terra, & l'estate si raffredda per la sua rarità: talche poi essendo quel suo freddo assai debole, che quasi è tepida, non è marauiglia se alcuni la giudicano leggiera, ancorche tutte le cose putrefatte siano graui; percioche quella tepidezza nascosta dentro di essa, la rende tanto rara, che è poi manco graue in gran quantità, che non è la dolce, che sia fredda; tanto più perche ogni acqua calda, comparata a se stessa, quando è fredda, sempre è più leggiera. Et si come nella calda l'odore si sente facilmente, così non è marauiglia, che poi c'hà lassato il caldo, & hà preso il freddo, non si sente alcuno odore; & è da credere, che quanto manco è acida, hà in se manco putredine, & anco manco esicca.

Alcuni attribuiscono a quest'acqua virtù mirabili, ancorche sin hora non si sia trouata cosa alcuna certa; & vogliono che in particolare consumi la pietra, & questo credono, perche hà un poco dell'acido, & le cose acide rodono, & consumano tutte le pietre; ilche prouano con l'es-

La campagna di Roma è copiosa di acque acide.

Come l'acqua della Marmorata sia prima calda, & poi si va raffreddando.

Come l'acqua d'inuerno si scaldi, e d'estate si faccia fredda.

In qual modo sia leggiera.

Ogni acqua calda comparata a se stessa è leggiera.

Per qual causa non hà odore alcuno.

Come si proua che le cose acide consumano le pietre.

sempio dell'aceto, il quale è acido, & mollifica, & consuma la scorza dell'ouo, per l'aceto il piombo si conuertere in cerusa, il rame in ruggine; oltre di questo con il succo di cedro, ilquale è acido, si risoluono le scorze bianche & molto dure di certi piccoli animali simili alle lumache, ma molto minori, liquali alcuni chiamano porcellette. Ma questi sono molto pronti a dir il suo parere in quelle cose, che gli pare che la ragione gli detti, prima che conoschino che ne seguiti l'effetto, percioche se l'acidità liquefa la pietra, non è dubbio, che quanto più sarà efficace, tanto più presto farà questo effetto; ma l'esperienza mostra il contrario, percioche se ben le scorze di questi animali si risolvono & con l'aceto, & con il succo de cedro, nondimeno il succo del cedro fa più presto questo effetto, che non fa l'aceto, ancor che questo sia più forte, che quell'altro: Oltre di ciò si trouano molte acque acide, nelle quali non solo si risolvono, & si disfanno le pietre, ma più presto ogni giorno ve ne nascono di nuoue, & quelle che già sono nate, pigliano notabile accrescimento. Bisogna adunque dire che il piombo si conuertere in cerusa, il rame in ruggine, la scorza dell'ouo dura si mollifica, & le scorze di quelli animali si liquefanno dal succo, acido, non perche sia acido, ma per qualch'altra ragione, sicome si vede che il ferro si muta in ruggine dall'acqua dolce, non perche sia dolce; & il fango già secco & duro, come fa il tufo, si liquefa dall'istessa acqua: Però il dire che le acque acide proibiscano particolarmente la generatione de' calcoli, non è fondato nell'esperienza, nè manco nella ragione medicinale; Et si può dire che questa è una nuda & vana opinione, tanto più per esser calde molto di natura; & questo conferma Aristot. nella 24. settione de' problemi secondo la mente d'Empedocle. $\tau\acute{\alpha}\varsigma \tau\epsilon \pi\acute{\epsilon}\tau\rho\alpha\varsigma \text{ \& } \tau\acute{\alpha}\varsigma \lambda\acute{\iota}\delta\alpha\varsigma \text{ \& } \tau\acute{\alpha} \delta\epsilon\mu\acute{\alpha}\tau\omega\upsilon \nu\delta\acute{\alpha}\tau\omega\upsilon \gamma\acute{\iota}\nu\epsilon\tau\alpha\iota$, cioè che fa le pietre, & i sassi per opera dell'acque feruenti, & non li risolue.

Alcuni poi con un argomento assai probabile prouano che queste acque sono accomodate alla cura di questi mali, con dir che i medici per commune usanza danno alli loro amalati queste acque acide per la cura de' calcoli; le quali insieme anco giouano; perche la maggior parte di quelli, li quali l'hanno beuute la primauera, & l'autunno, (si come si suol fare) con tutto che prima ogni anno non una, ma più & più volte ne sentissero gran molestia, nondimeno alcuni per due anni, alcuni per tre, altri per tutto il tempo di sua vita non sentono più alcuno di questi dolori. Al quale argomento si risponde prima ch'è cosa molto difficile conoscer la causa, onde procede qualche effetto, poi che spesso oc-

corre,

corre, che molti pigliano per causa di qualch'effetto quello che non è, nè può essere; Et poi si come alcuni mettono, che molti hanno sentito gran giouamento per il beuer di queste acque; così per il contrario può accadere, che molti che hauranno parimente beuuto quest'acqua, non solo non n'haueranno sentito giouamento alcuno, ma grandissima lesione: Onde bisogna concludere che queste acque non giouano in simil caso con la sua propria facoltà, ma più presto per accidente, perche essendo beuute in gran quantità, cacciano fuori del corpo con la lor copia che camina con gran furia alla via delle vene, tutte quelle pietre, & calcoli, che trouano per quella strada, si come a punto fanno l'impetuose acque, le quali essendo accresciute in quantità maggior del solito, con il lor veloce corso conducono seco tutte quelle pietre, che trouano per la via, & le fanno insieme con esse sboccar in mare, ò in laghi, ò in fiumi maggiori di se. Onde poi gli amalati si sentono assai meglio, non per virtù alcuna di quelle acque, ma perche viuono dopoi con maggior regola, ò perche hauendo beuuto queste acque in così gran copia, è necessario che i meati, per li quali sogliono uscir li calcoli, si facciano molto più ampli; onde fatta la via più larga, non più si ritengono, & con facilità escono dal corpo; & in tal maniera quest'acqua non è al proposito per se stessa nell'infirmità de' calcoli, ma per altre cause, le quali per qualche sorte gli soprauengono, come accade anco a molte altre acque. Dirà un'altro, poi che queste acque per esser beuute in gran quantità cacciano fuori le pietre, per qual ragione non si usano così bene le dolci, come le acide in questo caso, poi ch'è da credere, che passando per le reni con la loro quantità fariano il medesimo effetto; A questo si risponde che le parti interiori, accioche si nutriscano bene, hanno dibisogno d'una certa facoltà contentiua; onde auuiene che si confortano con quelle cose, che mediocrementemente essiccano, & sentono lesione da quelle, che rilassano. Benche adunque così le dolci, come le acide, mouendo & agitando debilitano le parti interiori con la gran quantità; nondimeno queste con la lor siccità, aiutano la virtù contentiua delli membri, quelle per la loro humidità, che soprabonda, li rilassano, & li debilitano; Et però poi che queste confortano, & corroborano; & quelle rilassano, & debilitano, non è marauiglia, se, quando si danno in gran quantità, si faccia electione dell'acide, & si lascino le dolci. Una cosa però non è da pretermettere, ch'essendo l'acqua, della quale hora si tratta, mediocrementemente essiccatina in rispetto delle altre, che sono più acide, porta notabile utilità a quelli, che hanno il ventricolo humida, quando è beuuta a pasto ò con

Molti hanno sentito utile, & molti danno per l'uso di queste acque.

Queste acque giouano per accidente a questi mali, & in qual maniera.

Come gli amalati si sentono meglio per beuer tali acque.

Per qual ragione non si usano così le dolci, come le acide per tal effetto.

L'effetto differente che fanno le acque dolci, & l'acide ne' corpi nostri.

Argomento incognito.

Alcune acque acide producono pietre.

Come il sapore acido faccia tali effetti.

Nota che Aristot. vuole che queste acque generino pietre.

Come per altra ragione si proua che sono accomodate a questi mali.

Risposta alla suddetta ragione. E' cosa difficile trouar la causa vera di qualch'effetto.

vino.

Quest'acqua gio-
ua molto a quelli
che hanno il ven-
tricolo humido.

vino, o senza vino; perche a questo modo contempera l'humor sopra-
bondante; di tal sorte sono quelli, li quali spesso sputano salina con
qualche incitamento di vomito, che sono lubrichi di corpo, & che han-
no il ventre grosso, & pieno; ma quando incomincia a partirsi l'inci-
tamento del vomito, & cessa lo sputo, & il corpo si stringe, all' hora bi-
sogna del tutto lassar quest'acqua, accioche il chilo fatto troppo grosso per
la mistura di essa (si come hauemo detto di sopra) non sia causa della
generatione de' calcoli. Ma a quelli, che sono magri di natura, & che
hanno il ventricolo debole, & il corpo stittico, & che sputano o poco, o
niente, l'uso di questa, & d'ogn'altra simile acqua, è molto nociuo: Per-
cioche tutte queste sorti di acque hauendo origine da putredine, sono
dure, & difficili da superare, & poiche ancora sono superate, oltra
che fanno gli humori, con li quali si mescolano, grossi, & densi, ridu-
cono anco i corpi a gran stittichezza, & siccità: Et benchè tutte queste
cose siano communi alle acque acide, & poco meno che acide, nondimeno
il mio ragionamento è principalmente drizzato a trattar dell'acqua ap-
presso alla Marmorata, detta di Santo Giouanni.

Quando bisogna
lassar quest'acqua.

A quali persone
noce quest'acqua.

Qual danno porti
no queste acque.

Dell'acqua acida appresso S. Paolo, & dell'acqua d'Anticoli. Cap. VIII.

HORA per parlar dell'acqua, che è nel territorio chiamato Va-
lerano passato S. Paolo, è da sapere che anch'ella corre & chiara,
& fredda, ma con un poco d'odore, ne è acidetta, ma acida; & per
questo le facultà che s'attribuiscono a quella della Marmorata per causa
dell'acidità, sono molto più efficaci in questa; & si come gioua af-
fai più di quella alli pieni, & alli humidi, così nuoce assai più alli
secchi.

Natura dell'acqua
d'Anticoli.

Ma l'acqua d'Anticoli anch'essa è limpida, & non troppo fredda,
senza odore, & senza sapore; alcuni poi hanno notato che s'è riscaldat-
ta, rende non sò che del sapore dell'acido; & si giudica che sia leggie-
ra, com'è quella del Tenere. Et benchè dicano ch' in quattro, o cinque an-
ni consumi il canale, onde esce, che è fatto di marmo, nondimeno dicono
ancora che non consuma punto il terreno, per ilqual passa con lungo viag-
gio, ilqual è rosso & sodo. Quelli d'Anticoli communemente la beuono
tra i cibi a guisa d'acqua dolce, li quali perciò (per quanto intendo)
sono

sono sottili & magri; quando il Sole è in Leone, è in maggior stima, Di qual tempo è
& all' hora si suol beuer la mattina in gran quantità, nel modo che si migliore.
beuono l'acque medicinali; poco fa è venuta in uso per la cura de' cal-
coli: la qual opinione forse è nata per esser quelli canali di marmo rosi-
gati, & consumati; & perche si stima che quelli d'Anticoli siano libe-
ri da questo male. Però poi che si vede, che hà non sò che dell'acido,
se beuè poco, & per questo hà del medicinale, s'hà da giudicar, che
per esser poco, è necessario che habbia origine da una leggiera putredine;
onde si può concludere, che questa è la più sicura di tutte tra le
acque medicinali, & che si possa beuer sicuramente insieme con li cibi,
come si fa l'acqua dolce, cosa, che sarà giudicata esser vera anco per
un'altra ragione, perche quelli d'Anticoli communemente la beuono, &
si mantengono sani; & benchè si possano smagrire anco da altre cause,
cioè dal vitto attenuante, che è in contrario uso appresso di loro, & dalle fa-
tiche, alle quali ogni giorno sono sottoposti; nondimeno perche quest'acqua
è compresa tra le medicinali, & tutte queste essiccano o più, o meno per
la loro putredine; è verisimile, che per la sua secca facultà, benchè po-
ca, come hauemo detto, aggiuntoui ancora l'uso contrario, che l'humidi-
tà sua naturale, si possa facilmente consumare, & che i lor corpi si
smagriscono. Ne è da pensare che quest'acqua prohibisca la genera-
tione delli calcoli, & che cacci fuori quelli che sono generati per altra
ragione, che per quella che hauemo detto dell'acqua della Marmorata, &
della Valeriana, perche se questa prohibisce li calcoli con una sua par-
ticulare facultà (come alcuni vogliono per l'essempio di quelli d'Anticoli)
presa non solo nel modo, che si pigliano l'altre acque de' bagni beuute
in grandissima quantità, ma anco solamente tra cibi in luogo di beuan-
da; il tener questa opinione è quasi come a credere che le acque dolci pro-
hibiscono li calcoli nelle altre città, doue gli habitatori loro viuono per
ordinario senza questa infirmità. Perche l'argomento non vale, cioè,
quelli d'Anticoli non patiscono calcoli, & beuono questa sola acqua;
adunque riceuono tal beneficio da questa sola acqua, perche questo effet-
to può nascere inui per altre cause, come anco accade altroue; l'argo-
mento valeriana, s'alcuno ritrouasse la causa, per la quale quest'acqua po-
tesse far l'istesso effetto con una sua proprietà di natura; la quale però
sin' hora non s'è trouata, nè pare che si possa trouare, eccetto s'alcuno
pensasse, che per far quest'acqua li corpi estenuati, habbia anco virtù
di fare che non patiscano calcoli; la qual cosa può alle volte esser vera,
quando i corpi sono magri & estenuati per natura, & non per infir-
mità.

Come si può be-
uer sicuramente,

Da quali cause
l'huomo si possa
smagrire.

Come quest'ac-
qua per altra ra-
gione gioua alli
calcoli.

Come l'argomēto
non vale.

Come l'argomen-
to valeriana.

mità. Ma questo effetto è commune a tutte le altre medicinali; però di sua natura non potrà liberar dalli calcoli; & in ciò ne sarà chiaro esempio M. Horatio Nari Gentilhuomo Romano, il quale con tutto, che fosse continentissimo nel viuere, & nel gouerno del corpo per conto della sanità diligentissimo, temendo per il spatio di molti anni di patire tale infirmità, ha beuuto quest'acqua trent'anni continui; nondimeno è stato quasi sempre trauagliato dal dolor che sentiuua per una gran pietra, che era nella vesica, & di questa sen'è all'ultimo morto; dimodo che concludo, che quelli che credono, che la cosa sia altrimenti di quello che noi giudichiamo, sono da lassar in questa sua opinione. Dirà alcuno; quest'acqua rosica il canale di marmo, adunque ancora consumerà tutti li calcoli; alche rispondo, prima, ch'anco l'altre acque dolci, che passano in gran furia per li canali di marmo, fanno il medesimo effetto, & non per questo si dirà che particolarmente rompinò li calcoli; & poi, perche il marmo facilmente si caua & si consuma non solo da un continuo corso d'acqua, ma anco da una sola goccia, pur che sia continua, com'è in proverbio; & questo segue, perch'è liscio, denso, & sodo, & in se stesso non riceue l'acqua; Ma il toffo, & altre pietre non molto sode, & dure, marare, perche riceuono in se stesse l'acque, nè le cacciano fuori, come fa il marmo, non solo non si sminuiscono per questa causa, ma anco spesso crescono in gran quantità, & questo segue, perche mentre che l'acqua di continuo gli suministra l'humore, che è sempre con qualche particella di secco, esso tira a se il secco, onde piglia maggior & più presto augmento. Se adunque l'acqua non rode li toffi, ma più presto gli accresce, & si vede, che li calcoli sono più spesso simili al toffo, ch' al marmo, non è verisimile, che l'acqua d' Anticoli leni li calcoli, perche consumi il marmo; & questo ancora si fa più chiaro, perche non rosica, nè consuma quel terreno rosso, per il qual corre; ilche se fusse, non è dubbio, che si come esce chiara dal canale, così usciria torbida & macchiata del color di quella terra, per la qual passa, si come fa il Tenere, il quale rosicando le sue ripe (onde da li antichi fu chiamato Rumon, & per qual causa non è mai chiaro, ma torbido, ilche però non s'è potuto auuertire in questo fonte, perche oltre l'ultimo canale, che è di marmo, gli altri condotti (si come hò inteso) non sono fatti di toffo, ma di selce. Concludiamo adunque che l'acqua d' Anticoli, perche quel popolo la beue senza alcuno nocumento è la più sicura, che si troui tra le acque medicinali, se pur è tale) & la più utile, che qual si voglia altra acqua medicinale a quelli, che hanno il stomaco, & il ventre humido, de' quali

poco

Nota l'esempio di messer Horatio Nari gentilhuomo Romano.

In qual modo si proua che quest'acqua consumi li calcoli. Risposta a questo argomento.

Per qual causa il marmo si consuma dall'acqua, & il toffo, più presto cresce.

L'acqua d' Anticoli non leua li calcoli.

Il Tenere da gli antichi fu detto Rumon, & per qual causa.

L'acqua d' Anticoli è miglior tra le acque medicinali.

poco fa hauemo parlato, & appresso esser di giouamento per leuar li calcoli, non per alcuna sua propria facultà, ma quando se ne beue in gran quantità, perche con la sua grand'abbondanza mena seco fuori del corpo tutte quelle pietre, che se gli fanno incontro; & quando si piglia per beuanda con gli altri cibi, perche fa il corpo estenuato (come dicono) proibisce che non si generano. Et questo basta dell'acque.

In qual modo gioua a leuar li calcoli.

Della natura delli vini. Cap. IX.

HORA è cosa conueniente che trattiamo delli vini, & di quelle cose che si mangiano, le quali di commune consenso sogliono nutrire il corpo nostro. Però è da sapere che per esser Roma luogo acquoso & humido, tutte quelle cose, che quiui vengono in uso, sono più flussibili, & di minor nutrimento, che quelle che nascono ne gli altri luoghi, che siano secchi & senz'acque. Per la qual cosa Hippocrate, ouero Polibo nel libro delli affetti, & in quello della dieta, dice, che quelle cose che vengono da luoghi non acquosi, ma secchi & caldi, sono secche & calde, & danno maggior forza al corpo; percioche in quella quantità & grandezza sono più graui, & più dense, & portano maggior rendita, che quelle che nascono ne' luoghi humidi, inacquati, & freddi; le quali sono più humide, più leggiere, & più fredde. Talche non basta solo conoscer la natura, & la forza de' cibi, & di quello che si beue, & anco gli animali; ma bisogna hauer cognitione de' luoghi, onde nascono. Però quando occorre a dar gagliardo nutrimento al corpo, bisogna usar quelli cibi, che vengono da luoghi non acquosi; ma quando s'ha da nutrir più leggiemente s'usaranno quelli, che vengono da luoghi humidi, questo dice Hippocrate. Ma s'alcuno dirà incontrario, che i vini & i cibi, che sono in uso a Roma, per la maggior parte vengono di fuori, & per questo non si deono metter tra quelli, che sono flussibili, & leggiere: costui hà d'auuertir che l'aere di Roma fa l'istesso effetto con tutte quelle cose che seruono per il mangiare, & per il beuere, che fa anco con il frumento, il quale se bene è di buonissima qualità, & altroue di longhissima durata, & è condotto di fuori a Roma, nondimeno in poco tempo lo infracidisce, & l'altera di maniera, che ben presto si guasta, & si corrompe. Così fa con quelle cose, che si beuono, & che si mangiano, le quali essendo condotte da gli altri luoghi in Roma, sono talmente alterate, & indebolite da questo aere, se qualche tempo dimo-

Li cibi che nascono a Roma, sono di minor nutrimento, che quelli nati in luoghi caldi, & secchi.

In qual modo bisogna hauer cognitione de' luoghi.

Come li vini, & cibi portati di fuori sono della medesima natura, come se fossero nati a Roma.

Il frumento condotto a Roma presto si corrompe.

H rano

rano quà prima che si piglino, che danno così poco & debile nutrimento, come fanno anco quelle cose, che propriamente sono nate dentro di Roma; dimodo che tutte queste cose ò che siano nate a Roma, ò che siano condotte da altre parti, pur che si fermino alquanto in Roma, nutriscono poco in gran quantità; & per questo è necessario, volendo nutrirsi, come si deue, pigliar più in Roma di questi cibi, che ne gli altri luoghi.

Diuisione delli vini.

Ogni vino hà non sò che del grosso, & per qual causa.

Onde nasce che l'acqua non nutrisce.

Il vino è caldo, & per qual causa.

Il vino indura il cibo nel ventricolo.

Le carni cotte cò il vino, si fanno dure, & con l'acqua molli.

Nota il melesimo de' fichi. Come il pane mangiato con il vino rende l'huomo fatto.

Nota l'error di quelli, che beuono il vino con poca acqua, o puto.

Il vino poi, che comunemente si bene a Roma, parte è nato quà, parte è forastiero, di quello parte è vicino alla Città, parte è lontano. Ma per cominciar da quello, che è nato quà, dirò prima alcune cose in generale della spetie, & della natura delli vini. Et prima metto questo fondamento, ch'è necessario che ogni sorte di vino, perche nutrisca, habbia di sua natura non sò che del grosso, & del lento, altrimenti non si potria metter appresso, nè attaccarsi alle carni, & all'ossa, i quali d'esso si nutriscono, perche si spargeria in diuerse parti inanzi che si fosse conuertito nella nostra solida sostanza; onde l'acqua istessa perche non s'ingrossa, non nutrisce (come dice Aristot. nel quarto della Meteora) & perche anco è quasi del tutto nutrimentoso, è di natura caldo, poi che ogni cosa, che nutrisce, ò accresce, ò almeno fomenta il calor naturale, hauendo però consideratione a diuerse nature di vini, perche il vino nuouo, & quello, che comporta poca acqua (come dice Galeno) rinfresca, ma il vecchio scalda. Oltre di questo ogni sorte di vino tarda la concottione, perche indura il cibo nel ventricolo, & rende il chilo più grosso, che non fa l'acqua. Et già che il vino essicca (come pare c'habbia insegnato Galeno) non è marauiglia se indura, & ferma tutto quello, con che si compone. Onde seguita che i pesci, & le carni, & tanto più di lepre, & di porco, se sono cotte con il vino, acquistano maggior durezza, & sodezza; & per il contrario se sono cotte nell'acqua, si rendono più molli & più frolle: Oltre di questo si vede manifestamente che i fichi freschi posti nel vino, s'indurano, ma nell'acqua si mollificano, & si dissoluoano. Da què nasce ancora, che s'vno hauerà posto pane nel vino, & subito mangiatolo, starà tutto il giorno satollo, & senza fame, purchè però non sia gran mangiatore: Onde giudico che siano in grand'error quelli, li quali desiderando, che la concottione si faccia più presto, alcuni beuono con li cibi il vino con poca acqua, alcuni altri totalmente senz'acqua; perche se questi pigliaranno ugual portione de' cibi non già in poca, ma in gran quantità, colui, che beuerà il vino più adacquato, farà più presto, & più facilmente

mente la sua concottione, che non farà quell'altro, che lo beuerà più puro. Percioche si come li cibi dentro in qualche vaso, postoui sotto il fuoco, si bollono, & si liquefanno più presto essendoui dentro acqua, che vino; così si cuoceranno più tosto nel ventricolo, se l'huomo beuerà appresso più presto acqua, ò vino bene adacquato, che puro; & poi cotti che sono, scendono anco più facilmente a gli intestini. Ma alcuno s'opporrà a questa mia opinione, con dire, che ad vno che sia di stomaco debole, & che habbia bisogno di nutrimento, il vino è più conueniente, che l'acqua, perche aiuta la concottione, & conforta il calor naturale; però colui farà più presto la concottione, beuendo vino, che acqua. A questo rispondo, che quando l'huomo mangia poco, è meglio beuer vino, che acqua, perche a questo modo si fa presto la concottione, sì perche il cibo, essendo poco, non fa molta dimora nel ventricolo, sì anco, perche l'acqua presa con poco cibo, sminuisce con la sua frigidità il calor naturale di colui, che è assuefatto al vino; & non solo non è causa di più veloce concottione, ma più presto la tarda, & spesso produce da quel nutrimento (il qual per altro douea esser buonissimo) ò indigestione, ò quel male chiamato da Greci $\beta\rho\alpha\delta\upsilon\pi\epsilon\lambda\iota\alpha\nu$ cioè tarda concottione. Ma quando il cibo è in gran quantità, è più espediente beuer acqua, ò vino adacquato, perche liquefa più presto i cibi.

Se adunque il vino rende il nutrimento più solido nel ventricolo, è cosa chiara ch'anco trattiene & tarda la concottione; che poi l'humore che seguita da questa concottione habbia da esser più grosso, si conosce chiaramente, perche quando il vino si cuoce (poiche non è altro la concottione, ch'una elissatione) si fa alquanto più grosso; & queste cose tali, quando si mutano nel ventricolo con gli altri cibi, pigliando in se stesse il succo de' gli altri cibi, gli riducono simili alla loro propria natura; Onde è necessario, che se il vino con il cuocerlo s'ingrossa, faccia anco grosso il succo di quelli cibi, con li quali è composto. Et però quanto più il vino è gagliardo, tanto più nuoce a quelli, i quali cercano di hauer il corpo lubrico, & patiscono calcoli; perche riducendo esso a maggior grossezza, & spessezza il succo del nutrimento, è vna non leggiera causa di stitticar il corpo, & della generatione de' calcoli.

Da queste cose è assai manifesta la causa, perche il vino induri il nutrimento, perche tardi la concottione, perche renda più grosso il chilo, perche faccia il corpo stittico, & perche produca calcoli; le quali cose se benz sin'hora non sono state auuertite da alcuno; ch'io sappia, io prego però l'amoreuole lettore, che voglia prouar con diligenza tutte

Come si proua che il vino è più utile dell'acqua.

Risposta a quella ragione.

Il vino è buono quando si mangia poco, & la ragione di tale effetto.

Il vino ingrossa anco gli altri cibi.

Il vino potente nuoce alli calcoli, & a quelli ch'hanno il ventre stittico.

Ogni vino prouoca l'orina.

queste cose, prima, che con sprezzarle, ò con tassarle le condanni. Oltre di questo ogni sorte di vino muoue l'orina, & massime l'acquoso & bianco (come dicono alcuni di mente di Galeno, nel primo, & quarto libro di conseruar la sanità, & nel ottauo del Metodo) & quello, che è di color tra rosso & verde chiamato da Latini fuluo, per esser sottile di sostanza & calda (come dice Galeno, nel quinto libro di conseruar la sanità;) & questo è non solo, perche insieme con il caldo hà anco assai del succo, & per questo si apre la via delli meati del ventricolo, onde poi camina alle vene, & alle reni, & ultimamente arriua alla vesica; ma anco perche è necessario che se ne faccia la debita concottione nello stomaco, & che insieme si conuertano in non sò che dell'acido, con una certa acrimonia acquistata dal troppo calor del corpo humano: la qual cosa si conosce facilmente s'alle volte l'huomo, ancor che sia ben sano, vomiterà dopò il beuer del vino, perche all' hora si sente nella lingua vn sapor di aceto poco forte, il qual volgarmente si chiama fortigno. Oltre di questo è cosa che si sà, che tutto quel, che si cuoce nello stomaco si muta dalla propria natura in vn'altra, & ciascuna di queste cose si volta nel suo contrario, ò almeno in una simile al suo contrario; si sà anco che l'aceto è contrario al vino, & massime a quel che si suol beuere; però il vino si muterà in aceto, ò in qualch' altra cosa simile all'aceto, come di sopra hauemo detto. Questo adunque essendo simile all'aceto, ò alla sua specie, & ricuendo una certa acrimonia dal calor naturale, si come fa anco quando è molto vecchio nel punger che fa con l'acrimonia, & poi nel tagliar con l'acidità, prouocarà l'orina, parimente ancora, perche essendo cotto, si muta in una natura opposta, la qual è acida, come hauemo dichiarato, porta non poco danno alle reni, alla vesica, & a i loro meati, quando sono ulcerati: perciocche si come l'aceto morde & inaspriisce le ulcere, così fa questo, quando è voltato dalla propria natura in vn'altra contraria; onde alcuni proibiscono il vino dolce in questi mali, perche le cose dolci più facilmente si conuertono in acido, cosa che è facile da credere.

In qual modo il vino prouoca l'orina.

Il vino nel stomaco si conuertono in non sò che dell'acido, & come si conosce.

Nota bene i qual modo il vino si conuertono in aceto, ò in cosa simile nel stomaco.

In qual modo il vino fatto acido prouoca l'orina, & nuoce all'ulcere interiori.

Perche il vino dolce si proibisce nell'ulcere interiori.

Il vino in noi si muta in una cosa mediocrement' acida, o acra.

Ne è vero quello, che alcuno potria dire incontrario, cioè che se il vino si facesse acido, ò agretto nel ventre non daria nutrimento alcuno; & l'animale non si nutrisce di cose acide, ne di acri, ma di dolci (come hà insegnato Aristotele:) perche il vino nel corpo nostro naturalmente non si muta in una cosa estremamente acida, nè estremamente acra, ma in una che sia mediocrement' acida, ò acra; & per questo le parti nostre tirano a se quello, che più gli piace, & che gli è più sua-

ue, ma

ue, ma che però habbia non sò che dell'acido. Onde quelli, che beuono vino assai, mandano da se vn'odore acido sì, ma ingrato, & quasi con puzzore, come fanno anco i cani, i quali per nutrirsi di cose puzzolenti, rendono mal'odore; & quelli, che lungo tempo, & in gran copia si nutriscono di cipolle, mandano da se vapori, che rendono il medesimo odore non solo dalla bocca, ma anco da tutte le parti del corpo. Di questa materia hauemo ragionato assai nel primo libro del Morbo Gallico, doue hauemo assai bene insegnato, se questa si deue dire mutatione, ò corruptione, ouero putrefattione; & se corruptione si deue nominare, in qual modo l'animale si può nutrire d'una sostanza corrotta & putrefatta. Ilche forse si fa a questo modo, cioè, si come li cani cauano nutrimento dal sterco humano, che naturalmente è nel loro stomaco, fetido, & gli ucelli dalli semi, che nel lor gorgozzo si fanno parimente fetidi, & puzzolenti; ilche si può facilmente vedere, & chiaramente conoscere, se con diligenza si sparano, quando sono morti.

Così da questo vino in tal modo mutato in acido, & che hà qualche specie di putrefattione, l'huomo si può ristorare, & sostentare; per la qual consideratione fatta con diligenza nell'auuenire non sarà forse di marauiglia ad alcuno, se quelli che per qualche accidente tramortiscono, ritornano più facilmente in se stessi, & si ristorano con l'odore dell'aceto, che del vino; come che i sapori dell'aceto siano più simili, & più s'accostino alla natura di quelli vapori, i quali essalano dal vino mutato, & alterato nel corpo nostro secondo l'ordine della natura. Ma torniamo al proposito nostro: il vino adunque nel corpo humano naturalmente si conuertono non in una cosa del tutto acida, nè acra, ma in mediocre sapore; altrimenti, quando diuenta troppo acido, ò troppo acra, dà gran nocimento alli nerui, non solo, perche con il suo calore liquefa la loro sostanza, come si crede, ma anco perche in quelli, che hanno il corpo molle, punge li nerui, li essicca, & li fa duri, come anco fa l'aceto. Et questo basta hauer detto circa la causa, per la qual il vino prouoca l'orina, & nuoce alle parti vergognose, quando sono ulcerate.

Ne è di manco nocimento il vino ancor a quelli, che mangiano assai; & per questa ragione ancora, oltre che vi sono anco altre cause, nuoce principalmente a putti, & alle donne; perciocche questi con il mangiar assai, & infretta empiono il ventre di succo solido, & se poi anco beuono poco vino, fanno una pessima concottione, perciocche così poco succo non è bastante a far bene quella elissatione; onde il nutrimento non si cuoce, ma più presto s'abbruscia, & fanno i lor rutti puzzolenti, &

che

La causa per la quale quelli che tramortiscono ritornano più presto in se stessi con l'odorar l'aceto, che il vino.

In qual modo il vino fatto troppo acra, ò troppo acido nuoce alli nerui.

Come il vino nuoce alli putti, & alle donne.

Il danno che seguita dal beuer poco vino, & dal beuere assai.

che sentono di solfo; ma se poi beueranno assai, per il copioso beuer del vino si riempiono di quel liquore, che pur è grosso, come hauemo detto; per il primo errore hanno gran sete, per il secondo sono sforzati a respirare con gran difficoltà; per l'uno & l'altro errore insieme insieme (come dice Hippocrate) sopra modo si scaldano, poiche la pienezza del ventre riscalda l'animale, & il corpo loro si intorpidisce, & li sensi si fanno pigri, & la mente tarda; & in somma si fanno atti a patir gran mali, massime per hauer la testa molto piena. Percioche il vino quando si beue senza misura, s'è grande, debilita notabilmente la testa, s'è piccolo, in ogni modo porta gran lesione, & in qual si voglia modo che sia, subito causa dolor di testa; & questo fa non solo perche manda alla testa gran quantità di vapori, & caldi, (come alcuni pensano) & lenti, & grossi, & il caldo affretta la salita, & accresce l'attione; ma ancora, perche risolve, & presto dissipa li corpi, che facilmente si dissoluocono; come sono li vapori, li quali se saranno lenti & grossi, co'l suo lentore s'attaccano alla testa, & con la grossezza vi si fermano lungo tempo, & con difficoltà si dissoluocono. Ma se poi sono appresso in gran quantità, empiono il ceruello, lo distendono, & sono causa d'un lungo dolor di testa. Il vino adunque si come quando è scoperto quasi tutto suapora, così è verisimile che nel ventricolo, & massime nostro con il concorso del calore, patisca il medesimo effetto; & questo facilmente si può conoscere con l'essempio dell'aceto, ilqual manda da se alcuni vapori, ma questi nè sono lenti, nè grossi, nè in quantità grande; ilche si vede chiaro, perche quando si cuoce, nè si fa grosso, nè manco acquista alcuno lentore, ma si va diminuendo, come se fosse acqua pura, nè manco mai resta senza odore, ancorche stia scoperto del tutto per un pezzo, come che una gran parte della sua sostanza non si possa conuertire in spiriti. Ma perche questo accada, cioè, è perche sia più terreo, è perche sia graue, non è il bisogno a trattarne adesso.

Per il contrario il vino, perche con il cuocerlo, diuenta grosso & lento, è necessario, che tali siano ancora i vapori, che da lui nascono; ma poi perche col restar scoperto tutto un giorno, o tutta una notte, tutto si suanisce, restando senza odore, senza sapore, & senza forza, & come che ben presto si risolua in vapori una gran parte della sua sostanza, è necessario, che mandi da se i vapori non solamente grossi, & lenti, ma anco in gran quantità: Et benchè ancora gli altri cibi essalino spiriti & lenti & grossi; nondimeno perche non ne possono essalare in tanta quantità, come fa il vino, per questo non possono nè nell'istesso

Nota il modo con il qual il vino causa dolor di capo.

L'aceto nel cuocerlo non si fa nè grosso, nè lento.

Perche gli altri cibi non producono il dolor di testa, come fa il vino.

so modo, nè così spesso, nè così facilmente produr il dolor di testa.

Che poi il vino si risolua più presto, che l'aceto, in vapori, è che questo contenga in se più aere, quell'altro più terra, è che sia più facile alla corrottione, questa è materia, d'un altro negotio. Sin' hora hauemo trattato della causa per la quale il vino causa dolore di testa, & perche nuoce a quelli, che mangiano assai, & perche è di tanta utilità alli vecchi, si come è contrario a putti, come è piaciuto a Galeno nel libro quinto di conseruar la sanità.

Oltra di questo il vino quanto più s'accosta alla natura del mosto, è sempre tanto più dolce, & quanto manco, tanto meno dolce; & si come il mosto non ha odore, così è ancora il vino dolce, come che questo sia della natura del mosto, & non del vino; si come Aristot. nel quarto della Meteora dice, che il vino dolce è vino non con l'effetto, ma co'l nome: percioche quel succo che non causa embriachezza, non si può chiamar vinoso. Onde forse anco Galeno, & Hippocrate, & gli altri antichi hanno detto, che il vino dolce non ha forza di tentar la mente, cioè d'embriacare.

Ma perche il vino, il quale noi comunemente chiamiamo dolce, stando in un vaso scoperto, subito si suanisce, perde la forza, & si sminuisce anco nella quantità; è indizio chiaro, che anco molto suapori: se alcuno dirà, che si risolue in molti spiriti, & che così sia, è necessario, che se l'huomo ne beuerà in gran quantità, ne senta pienezza di testa, & lesione di mente, come quello che percuote il ceruello, non con l'odore, come fa l'altro vino, ma con il molto vapore, ilqual a pena si può sentire per esser di poco odore: Et è cosa probabile, che rare volte produca embriachezza, & dolor di testa, non solo perche ha poco odore, ma perche la dolcezza, che presto satia la persona, non ne lascia beuer in gran quantità; poiche se molta copia se ne beuesse, si può ragionevolmente credere, che produrrà & dolor di testa, & embriachezza così bene, come faccia ogn'altro vino. Et così s'è detto, che il vino è di danno a putti, & utile a vecchi: & anco se il vino dolce è odorato, & se causa embriachezza, & dolor di testa.

Nè anco mi pare di lassar di dire, che il vino dolce è stimato da alcuni più graue, & più grosso, che gli altri vini, che genera flatu nello stomaco, che turba il ventre, & gl'intestini, come fa il mosto, che non embriaca tanto, che giona alla vesica, & a i nerui, quando sono senza ulcera, che scalda, che è tardo nel passar per li meatu, che accresce l'ostruttione, che nuoce al fegato, & alla milza, ma non già al polmone,

Il mosto non ha odore, & tale è ancora il vino del ce.

Il vino dolce non può embriacare.

In qual modo il vino dolce può, & non può embriacare.

Nota li danni, & gli vtili, che porta il uino dolce.

polmone, eccetto se prouoca sete; scende abbasso facilmente, ingrandisce le viscere interiori, che non è conueniente alli febricitanti, che non prouoca l'orina, perche è grosso, che non è di danno a quelli, che hanno bisogno di ristoro, pur che il loro fegato, milza, & reni non habbiano qualche difetto; che genera sangue grosso, tanto più se sarà nero; che quando è nuouo è ben dolce sì, ma quando v'è acquistando perfezzione si fa più suauo, che dolce; oltra di questo quanto più è dolce, tanto manco odor rende, & quanto più è sottile (parlando però de' dolci) tanto più è odorato; & quanto più è potente & generoso, tanto più nell'inueccchiarsi s'ingrossa, & acquista vna certa amarezza, che non è punto utile a' corpi; quello che è di sottil sostanza, presto s'inueccchia, & così anco il bianco, & l'acquoso presto si fa vecchio, il bianco è conueniente alla vesca, facilmente si smaltisce, eccita la virtù dello stomaco; per il contrario il nero & grosso con difficoltà passa, causa embriachezza, & augmenta le carni; il rosso ha vna natura di mezzo, come anco il colore, quello che è simile all'oro, il quale da alcuni è chiamato rosso, è più sano al corpo; quello che tanto piace per il color giallo, è molto utile alla concottione, & dà manco molestia a' nerui. Quello che nell'inueccchiarsi si fa dolce, sottile, & austero, nutrice manco, & conforta più lo stomaco, & passa più velocemente per la via dell'orina, ma produce embriachezza, & dolor di testa.

L'utile che porta il vino acerbo.

L'acerbo poi è sommamente utile alla cōcottione del cibo, & per stringer il corpo, & per fermar li catarrhi: Quelli che hanno messo insieme humori grossi nelle vene, hanno dibisogno d'un vino di sottil sostanza, ma che però sia acre, & vecchio, se quell'humore sarà freddo; ma non essendo freddo, che non sia nè acre, nè vecchio. Quello che ha grande odore è ben al proposito per generar buon succo, ma poi facilmente percuote la testa. Quello che ha qualchi anni, ancor che sia delicato, & grato al gusto, nuoce molto a' nerui, & a gli altri sensi (come hà detto Dioscor.) & per questo si proibisce a gli amalati, i quali hanno qualche membro interiore mal' affetto & debile; ma non porta danno alli sani, se sene beue poco, & bene inacquato. Il nuouo poi enfia il corpo, si cuoce con difficoltà, fa li sonni graui, & è più acquoso, che non conuiene alla natura del vino; prouoca l'orina. Quello, che è di mezza etade, non è causa d'alcuno di questi danni. Sopra il tutto bisogna fuggir li vini grossi quando sono nuoui, perche non solo non giouano alla concottione de' cibi, ma ne anche a pena si possono cuocere; oltra di questo, ne possono passar per il ventre, nè facilmente distribuirsi, nè prouo-

Il vino molto vecchio nuoce a' nerui, & a' sensi.

Danni del vino nuouo.

Danno delli vini nuoui & grossi.

car

car l'orina; nè giouano alla generatione del sangue, nè al nutrimento del corpo, ma stanno assai sospesi nel ventre, come fa l'acqua.

Finalmente il vino preso con misura nutrice le forze, ristora il sangue, produce vn colore amoroso, gioua a' nerui, & a gli occhi, somministra lo spirito, conforta lo stomaco, è causa dell'appetenza de' cibi, raffrena gli affanni, & la tristezza; caccia fuori l'orina & il freddo, prouoca il sonno, ferma il vomito, quando non viene d'abbondanza d'humori, applicato con la lana humettata con esso di fuori mitiga, & raffrena li tumori, che vengono nelle parti esteriori; oltra di questo porta gran forza al corpo.

L'utilità che porta il vino preso con misura.

Per il contrario se se ne beue troppo, indebilisce la mente fa vacillare la lingua, causa embriachezza, accende di caldo le viscere interiori, & di più, cosa che è marauigliosa, rinfresca sommamente il corpo, & causa tremore, grauezza ne' membri, pallidezza, torpore, distentione de' nerui nell'estreme parti del corpo, fa l'huomo pigro al coito, fa che le donne con difficoltà s'ingrauidano, affretta la canutezza, la caluitie, & la vecchiezza inanzi al tempo; talche si può con ragion dire, che non ci è cosa più utile del vino, quando si beue con misura; & che non ci è cosa più pernitirosa, quando si beue senza misura.

Danni del vino quando se ne beue troppo.

Nè in questo luogo lassard di dire, che il miglior vino è sempre nel mezzo della botte, perche la parte d'abbasso non solo è torbida per hauer sempre seco qualche portione di feccia, ma anco è peggiore nel sapore; quella di sopra è ben più leggiera, & più acquosa, ma si corrompe facilmente per la vicinità dell'aria, onde (come alcuni pensano) si rende più debile.

Come il miglior vino è sempre nel mezzo della botte.

Et di più la facoltà del vino si determina secondo l'età, secondo la consuetudine del beuerlo, secondo la natura de' tempi, & secondo la sua forza, & se si beue senza mangiare, nuoce notabilmente (come dice Galeno, nel sesto dell'Ep.) ma secondo l'opinione nostra, nuoce molto più a quelli, che hanno il ventre molto vacuo, perche il vino all' hora indura non solo le tuniche del ventricolo, ma ancora gli humori, se in esso alcuni ve ne sono restati; onde poi con difficoltà si mandano a quelli luoghi, doue sono più atti ad andare, cioè, a nutrir il corpo, se haueranno acquistato la natura di cibo, o ad esser cacciati fuori del corpo, se saranno ridotti alla natura d'escrementi. Nuoce poi allo stomaco, perche con l'indurirlo alquanto, lo rende mal'atto alla cottione del nutrimento; la quale si come si fa bene con l'humido, che sempre è congiunto con il molle; così s'impedisce dal secco, che sempre è con-

In qual modo la facoltà del vino si determini.

Il danno che porta il vino quando si beue senza mangiare.

I giunto

Quando il vino
gioua beuto a di-
giuno.

giunto con il duro. Oltre di questo il vino beuto a digiuno, suol giouar ad alcuni in dui casi, ouero a quelli che hanno il ventricolo pieno di molta pituita, ò a quelli, che hauendo la sera inanzi crapulato assai, sentono ancora la cena cruda nello stomaco; ma per causa della pituita giouarà, perche con lo scaldar, & essiccare, matura quell' humor freddo, & crudo; per causa poi della crudità, giouarà, & massime ne luoghi freddi, come è la Germania, perche spegne la sete, la quale il più delle volte si fa sentire in questo caso, & humetta il cibo nel ventre, onde si fa poi più facilmente la concottione.

In qual modo il
vino gioua beu-
to a digiuno.

Et queste cose hò detto in generale delli vini, ma è tempo d'abbassarci a i vini particolari. Onde per ritornar a quello, dal qual da principio ci partissimo, cioè al domestico, ilqual volgarmente si chiama Romanesco; nelche forse parerà ad alcuno, che siamo alquanto più lunghi di quel che comporta il presente bisogno; ma saremo excusati, perche ci pare al proposito a dichiarare & lungamente, & a pieno la natura sua, prima perche nasce nella patria, & poi, perche si suol beuer comunemente da tutto il popolo.

Del vino Romanesco. Cap. X.

Come si facci il vi-
no Romanesco.

IL vino Romanesco per la maggior parte si fa a questo modo, cioè, fatta l'espresone dell'vna, subito si ripone nelle botti, nelle quali si lascia bollire per tre, ò quattro giorni, & anco più, stando sempre la bocca della botte aperta; poi che è cessato di bollire, si chiude la bocca, & poi si tramuta, ma da alcuni più presto, da alcuni più tardi; & questo si fa ò spesso, ò rare volte; ma da tutti s'osserva, che non si mette mai nelle cantine sottoterra sino che non è giunta l'inuernata, intanto si tiene sotto i portici delle case; & a questo modo ogn'vno pensa che si conferui meglio; ilche al mio giudicio non può esser per altra causa, se non, perche stando così all'aperta, gli ardenti spiriti suoi si spargono facilmente da i flati, che corrono quà & là; il calor, che già è entrato nel vino, meglio si contempera dal freddo dell'aere circonuicino; & il gran caldo si rimette. Onde accade, che speffe volte il vino è più delicato; & questo modo è quasi simile all'usanza de gli antichi, li quali immergeuano il vino in certi vasi chiamati amphore, per spatio di quaranta giorni, nell'acqua fresca. Nelle cantine, adunque se per sorte vi-
saranno

In qual modo il vi-
no Romanesco si
conferui sotto i por-
tici fino all'inuer-
nata.

Nota il modo de
gli antichi di fare
il vino.

faranno altri vini, è da creder che gli alteri & con il calore, & con li vapori parimente caldi, che n'escano fuori, come che sia in luogo che non possi bene suaporare; onde le cantine & le botti si riempiono di caldo, & di vapori, & il vino s'infetta, & termina il suo bollire più tardi. Ma quando poi è rinfrescato, & riposto vna volta in altri vasi, se in esso sarà posta vna poca quantità di vino cotto, si fa più chiaro, & dura più lungo tempo. Questo per la maggior parte è bianco, dico hora bianco solamente quello che si distingue dal nero: questo sarà hora giallo, hora rosso, non molto chiaro, ne molto trasparente; il più delle volte di sostanza grossa, lenta & torbida: & questo vino si dice volgarmente molle: ma hà queste qualità, hora più, hora meno, secondo che nasce ne luoghi piani, ò montuosi: percioche nelli colli, come a S. Pancratio, ò al Peraiolo è manco grosso, & manco torbido; ma nelle valli, come nella pianura del Teuere è più grosso, & più torbido; & per questo quello è miglior, & quest'altro è peggiore, & rare volte si conferua vn'anno intiero, eccetto se spesso si tramuta d'vna botte in vn'altra, ò nell'istessa botte, spesso si suanisce affatto; ma quello de' colli più tardi, quello della pianura più presto; se sarà cotto prima che si ripona ne vasi, ò dopo ch'è risposto, se sarà spesso tramutato; si fa migliore & più durabile: hora è dolce, hora suaua; il più delle volte è di sapor d'vua, ma non molto grato. L'odor suo è di vino, ma ottuso, & più presto è simile al vino, che propriamente vino; per la qual cosa molti pensandosi che non vada alla testa, ne beuono in gran quantità; ma costoro quanto maggior copia ne beuono, tanto maggior lesione sentono.

Come il vino Ro-
manesco si fa più
chiaro, & più du-
rabile.

Il vino Romanes-
co nato nelli col-
li è più sottile, &
più chiaro, ma na-
to nel piano è più
grosso, & più tor-
bido.

Come s'hà da fa-
re, accioche me-
glio si conferui, &
accioche sia me-
gliore.

Qual sia l'odore
del vino Romanes-
co.

Piglia in se facilmente quell'odore cattiuo, che si chiama muffa, & per questo infetta la botte, doue si ripone, & alle volte ancora quel canale di legno, con il qual si caua. Quando si corrompe, si fa marcio, muffo, con l'odor simile ad vn pomo putrefatto, imbrattato, & quasi sporco, eccetto però se sarà molto dolce, ò chiaro; quasi sempre è torbido, & con difficoltà si fa acido. Tutte queste cose seguitano la natura del terreno, il quale quasi in ogni luogo è fuliginoso; perche sicome l'erbe, che da esso nascono, sono grosse, così è necessario, che sia il succo, con il quale & esse, & le viti si nutriscono; Percioche mescolandosi insieme in gran copia questo terreno con questo humore, & l'humore con il terreno, ne nasce vn liquor grosso, quasi come feccioso, & fangoso; onde poi le viti, che per suo nutrimento lo succhiano in gran quantità, per esser in certo modo insatiabili, generano il vino in gran parte simile ad esso, ilqual poi essendo partecipe di fango, & di sporchezza, quando si

Li difetti del vino
Romanesco.

Onde nasce che il
vino Romanesco
è così cattiuo.

corrompe si muta in cosa simile a quello, di che partecipa; & però il vino che si fa di simili uue, è poco chiaro, grosso, & torbido. Quello poi, che nasce nelle colline, è migliore, perche il succo fangoso non si trattiene nelli colli, perche per esser gobbi, & pendenti goccia da se stesso dall'altezza delli colli sino alla radice delle valli. Ma nell'uno nell'altro di questi vini dura molto tempo, quando è mal purgato, anzi non si mantiene un anno intero, perche si corrompe facilmente, & si putrefa per la confusione grande, & repugnanza tra se stesse di queste due parti contrarie. Spesso suanisce affatto, ilche accade, perche essendo la parte leggiera & sottile in poca quantità, per non esser il vino ancora ben purgato, facilmente ancora, & in poco tempo si risolve. La parte grossa poi, & lenta, perche è maggior quantità resta senza sapore. Quello che è nato nella valle, più presto suanisce, perche ha in se molto maggior copia di bruttezza: quello poi, che nasce in collina, più tardi, perche la terra, doue nasce, è manco brutta; & questo è tanto miglior di quello, quanto più il terreno, oue nasce, è più secco, & manco fangoso. Ma se sarà cotto, & spesse volte tramutato, si fa migliore, & dura più lungo tempo: perche con la cottura, & spessa tramutazione, tutta la feccia si purga, & le parti sottili & vinosi si purificano. Si conosce che ha il sapore dell'ua, & l'odor ottuso, non già sempre, ma solamente sin tanto che non è ben purgato: perche quando spesse volte sarà tramutato, o ben purgato con il foco, non solo non è di quella sorte, che comunemente si stima, ma può concorrere di sapore, d'odore, di colore, & di bontà insieme con tutti li nobili vini forastieri. Questo è dolce & suauo, se è fatto d'ue ben mature, nè troppo ben calcate, ma che da se sia colato pian piano; perche a questo modo stilla fuori il succo leggiero, & ben cotto, il quale suol esser dolce, & resta il graue, ingrato & fangoso. Questo vino causa dolor di testa, sì perche è stimato esser leggiero, & per questo beuendosene in maggior quantità, inganna quelli, che lo beuono, sì anco, perche quando ha empito la testa, è necessario che vi si fermi più lungo tempo per la sua grossezza, & lentore.

È molto facile a patir la muffa, perche l'umor fangoso, & feccioso, ha il vapor grosso & difficile da risolvere, il quale stando sempre appresso al succo, s'attacca al vaso, che lo contiene, & poi nel putrefarsi, che fa, diuenta simile alla bianca lanugine; quando si corrompe, se è dolce & chiaro, facilmente diuenta acido: perche tutte quelle cose, che hanno in se molta humidità, quando si corrompono, si conuertono prima

Per qual causa il vino nato nelle colline è meglio, che il nato nelle pianure.

Per qual causa spesso suanisce.

Perche s'è cotto, & spesso tramutato dura più lungo tempo.

Quando il vino Romanesco concorre in bontà con li vini forastieri.

In qual modo si fa dolce, & suauo.

In qual modo causa dolor di testa.

Come sia facile a patir muffa.

Come si fa acido, dolce & chiaro.

in sapor acido, come fa il latte, il pero, il pomo, il persico, la prugna, il melone; & poi se non s'essiccheranno affatto, ma rimarranno humide, si muteranno in un acido più & manco forte, qual è l'aceto; pur che però la lor sostanza resti in essere; ilche non accade quando le parti loro si separano affatto, di tal sorte è il vino dolce, chiaro, & ben purgato. Quando poi si corrompe, non sempre si fa marcio, & torbido, ma solamente quando non ancora è separata la parte grossa dalla sottile, & la pura dalla sporca, & che non è ancora fatto ben chiaro; & però se si corrompe inanzi, che si faccia ben chiaro, manco si può chiarir per la putrefazione, perche la parte grossa stà congiunta con la sottile, unita da quel lentore che è sempre nelle cose, che si putrefanno; & si turba anco più, & acquista un sapore acido, ingrato, & sporco, come fanno ancora li vini, de quali hauemo detto di sopra; & poi non è possibile che diuenti aceto, perche ha seco troppo gran parte grossa, & terrena, la quale insieme con la parte lenta, & tenace, che non si può più dissoluere, impedisce la generatione dell'aceto. Et però se nel fare il vino Romanesco, & massime quello che nasce al piano, prima che si ripona nella cantina sottoterra, & nel metterlo nella botte, vi sarà aggiunta una poca quantità di vino cotto, o dell'istesso, o d'un altro; & poi sarà tramutato molte & molte volte, sino tanto che dopo alquanti giorni non vi resti cosa alcuna in fondo; a questo modo si purgarà da ogni sorte di feccia, & di sporchezza, & si libererà ancora da quel nociuo uapore, che suole andare alla testa; & sarà vino non solo durabile, grato allo stomaco, che non offende la testa, che prouoca l'orina, ma tale, che non si potrà desiderare il migliore anche delli forastieri. Percioche quel poco di vino cotto pestoli di sopra, perche è vino, facilmente & presto si mescola con l'altro; & perche anco è lento, & tenace, prima si sparge per tutta la superficie, & vi si stende a guisa d'un sottilissimo velo; & perche ha anco non sò che del graue, con il scender pian piano, mena seco al fondo tutta la bruttezza, che trona, come se fosse una sottil rete. Ma perche sino a questo tempo non s'è incominciato a purgare questi vini, & cauargli affatto & intieramente la feccia, quella parte grossa, che resta dalle molte tramutazioni, che si fanno d'un vaso in un altro, si rompe, si assottiglia, & se ne va al fondo, & insieme si rompono quelli grossi vapori, che nocuano alla testa. Talche si come gli antichi castrauano il vino con li sacchi, accioche più sicuramente se ne potesse beuere in maggior quantità; così con questa frequente tramutazione, il vino fatto più leggiero, si può beuere con più sicuro animo.

Et

Quando nel corrompersi si fa torbido.

Perche questo vino poi che è corrotto non si può conuertir in aceto.

In qual modo il vino Romanesco si possono leuare i suoi difetti.

Il vino Romanesco si può far buono, & simile alli forastieri.

In qual modo il vino cotto accochia il vino Romanesco.

Nota le qualità buone del vino Romanesco, quando è fatto come si dice.

Et però durarà longo tempo, perche prima è stato ben purgato, & liberato dalle cose contrarie, che lo poteuano corrompere; sarà suauo allo stomaco, perche sarà netto d'ogni sporchezza, sarà di colore, di sapore, & d'odore sommamente grato & desiderato.

Non nocerà alla testa, perche se bene alcuni di quelli vapori vi saliranno, per esser però ridotti a maggior sottilità, si risolveranno anco presto; prouocarà l'orina, perche essendo la sostanza del vino fatta più sottile, per quella purgatione, si come passa presto alle vene, così facilmente camina alle reni & alla vesica, & con l'istessa facilità è cacciato fuori.

Del vino fatto con le tacchie: & del vino chiamato acquato. Cap. XI.

MA non è da lassar di dire, che alcuni subito, che hanno posto nella botte il vino Romanesco, vi mettono dentro ancora alcuni pezzi di legno di Nicciolo tagliati a guisa di foglie; & questo vino è chiamato vulgarmente vino di tacchie, il quale certo presto si fa chiaro, & spesse volte si giudica suauo, leggiero, & sottile, ma è di poca durata, perche non si mantiene sano a pena sette, o otto mesi, & nel principio, perche le persone tirate dalla sottigliezza & suauità sua, ne beuono in gran copia, causa dolor di testa, & nell'auenir ancora, se bene non se ne beue tanto, pur tuttauia noce alla testa; si fa presto chiaro, perche quelli pezzi di legno si separano l'un l'altro, & si spargono per tutta la botte, perche essendo torti & distorti in diuersi modi, non si possono unire insieme, ma l'una parte si separa dall'altra, mentre che quelli pezzi ridotti in circoli, toccano se stessi in grandi interualli: passando adunque il mosto per quelli legni (per esser loro naturalmente secchi) vi lascia dentro quasi tutta la sua feccia, cosa che si conosce facilmente, perche le botti nel fondo hanno al fine pochissima residua: & questo si fa tanto più presto, quanto più vi si usa diligenza in metter queste cose dentro nel tempo a punto, quando incomincia a riscaldarsi; perche a questo modo diuenta chiaro, mandando al fondo tutta la sporchezza.

Il vino di tacchie è buono, ma di poca durata.

Questo vino causa dolor di testa.

Per qual causa si fa presto chiaro.

Quando si deueno mettere le tacchie in questo vino.

Per qual causa è delicato.

E poi delicato, perche mentre, che camina in fretta per lo spazio & interuallo di quelli pezzi di legno, il suo calor si rompe, & presto cessa; talche

talche per bollir poco tempo, si fa più dolce, & più delicato. Acquistata poi la sottigliezza & la leggierezza, perche purgato a questo modo: si come si spoglia d'ogni parte grossa, così è necessario, che resti più sottile, & più leggiero. E di poca durata, perche se senza cauare mai, restarà in quella botte molti mesi, la feccia, la quale è sparsa per tutta la botte, insieme con quelli pezzi di legno, pian piano si va corrompendo; talche il vino ancora ben presto si muffisse, & si fa acido: Ma se poco dopo ch'è ben fatto chiaro, si comincerà a beuere, nel principio sarà grato al gusto, & di nessun danno, & massime se si beuerà con misura, eccetto se forse tentasse la testa per la ragione, che disse Diocle, il qual credena, che le auellane causassero dolor di testa, & che il legno di quel frutto habbia l'istessa facoltà. Nel tempo adunque che si beue, perche è sottile, passa facilmente per tutto il corpo: perche è suauo, è tirato presto da tutti li membri in ogni parte, perche è leggiero, salta subito alla testa; talche se l'huomo ne beuerà in gran copia, è necessario, che trattenuto da' membri per la suauità, riempia & graui la testa, & in essa produca notabile dolore. Ma nel mezzo del tempo suo, & in fine, acquista quel puzzore, che si chiama muffa, restandolo l'escremento suo in quelli pezzi di legno già priuati in gran parte dell'humidità del vino, & da questo anco si contamina: talche beuutone anco in poca quantità, causa dolor di testa. Finalmente io sarei d'opinione, che quelli, che fanno professione d'esser diligenti in far i vini, tramutassero questa sorte di vino da una botte in un'altra, poiche posteu dentro le tacchie, fosse ben schiarito, perche forse si trouaria, & manco nociuo, & migliore. Vi sono poi anco alcuni, i quali nel tramutar, che fanno i vini Romaneschi d'una botte in un'altra, pigliano quella parte, che è più grossa, & più vicina alla feccia, & la colano con li sacchi. Il simile si fa ancor a Ripa, doue si vendono li vini forastieri; & questi chiamano alcun i vini concii, alcuni acquetta; la loro natura è di portar poca acqua, prouocano l'orina: ilche forse accade per la forza della feccia; & questo basti d'hauer detto de' vini Romaneschi.

Per qual causa è di poca durata.

In qual modo forse può causar dolor di testa.

Come si fa marcio.

In qual modo il vino di tacchie si può far migliore, & manco nociuo.

Nota il modo di far li vini chiamati vini concii, o acquetta.

Del vino raspato. Cap. XII.

E TEMPO ch'io tratti del vino chiamato raspato, il quale il più delle volte si fa in dui modi; il primo è, quando si mettono li grani

Il vino raspato si fa in dui modi, il primo modo.

grani d'vua nera in vna botte poco meno che piena, & dipoi se gli soprapone l'acqua; il secondo si fa, quando si mettono l'vne fino a meza la botte, ò incirca, & poi vi s'aggiunge vngual quantità di vino vecchio ottimo, & appresso vn pochetto d'acqua, accioche più presto si faccia chiaro: la prima sorte è de' poveri, la seconda de' ricchi; ma l'vno & l'altro quanto più presto si scalda, & poi con ogni diligenza s'interrompe quel feruore, tanto più delicato riesce: ilche accade quando non si lascia bollire più d'un giorno, ò doi, ò incirca. Et questo è insieme dolce, & salta & scintilla, il quale effetto è detto da alcuni brillare: & si sente che con suauità punge la lingua, come se si dicesse, che il vino fosse acuto per le molte scintille, che getta; le quali conditioni sono molto ricercate da quelli, che fanno professione di beuer bene, non solo in questa, ma in ogn'altra sorte di vino. Questo si fa dolce, perche quanto manco bolle, tanto più si fa simile al mosto, ilqual di sua natura è dolce. Salta poi in alto, perche quelli spiriti focosi, che si sogliono consumare nel perfetto bollimento, che fa ordinariamente il vino, si trattengono dentro nella botte ben chiusa; & ancor che siano ben riscaldati, non trouano però luogo di poter uscire; ma poi quando il vino si caua, & che si mette in qualche vaso di vetro, come se si fossero aperte le porte, & rotto ogni cancello, manda in alto li spiriti suoi fino all'hora ferrati, & quasi infuriati; & insieme getta all'estremità del vaso gran quantità di spuma piena di quelli spiriti focosi, li quali correndo & saltando quà & là, si scontrano l'vn l'altro: & questo atto forse s'esprime con il vocabolo latino vibrare, ma volgarmente, & con corr otto vocabolo si dirà Brillare.

Perche il vino piccante pungela lingua.

*Punge poi leggiermente la lingua, perche quelli medesimi spiriti, li quali fino all' hora sono stati ferrati, & quasi come in riposo, salendo fuori con gran furia, siccome mordono gli occhi, così con la loro sottile sostanza, che è congiunta con vna certa suauità, entrano all'intime parti dell' instrumento del gusto, & passando per tutta la lingua, la penetrano da ogni banda, & in certo modo dolcemente la fendono, & rappresentano vna certa specie di prorito, & di pontura con gran diletta-
zione. Onde per la sottile & penetrante sostanza del vino, congiunta con vna dolcezza suaua, & gioconda, ne nasce il sapore, che volgarmente si chiama Piccante, come quello che percote interiormente la lingua, ilquale Latinamente forse si potria dire, che punge con suauità, ò che morsica con dolcezza, ò che percote con giocondità.*

Onde nasce il sapore piccante.

In qual modo il vino raspato è suauo.

Il sapor suaua poi che per se stesso non porta altro che suauità, ma lo spirito

spirito del vino, con ilquale è accompagnato il sapore, nel saltar suo fuori con tant' impeto, & nel penetrar all'intime parti della lingua, causa quella mordacità: Talche si può dire ch'è dolce & grato, perche realmente il soggetto, nel quale è fondato, è di tal natura. Ma poi è mordente, non perche sia grato & dolce, ma perche quello, in che è fondato, per l'estrema sottigliezza, & vehemenza del spirito, penetrando all' instrumento del gusto, presto lo diuide con sottilissime punture, che se ne vanno, & se ne vengono; & a questo modo il sapor suaua fa il suo effetto con suauità; ma lo spirito, come frenetico & impazzito, passando con furia nel corpo della lingua, la percote, la punge, & la morsica. Dalle quali cose si conosce chiaramente, che il sapore, che si chiama Piccante, non è acre, come molti pensano, nè agretto; poi che acri sono quelle cose (come dice Platone nel Timeo, ilqual Galeno imita nel primo de' semplici medicamenti) le quali applicate al calor della bocca, & da quella mollificate, & riscaldate, rendono quel caldo all' istessa bocca, & l'accendono, & con la loro leggierzza saliscono al capo, & a' suoi sentimenti, & tagliano ciò che se gli fa incontro; ma questo sapore chiamato piccante, oltra che nè scalda, nè taglia, non solo non si mollifica dal calor della lingua, ma più presto in certo modo essicca l' istessa lingua. Però questo sapore non è quello, che punge, ma è la forza, & l' impeto dello spirito, con ilquale è condotto. Oltra di questo bisogna sapere, che & il vino, & il raspato non sogliono acquistar queste qualità, & massime di salir in alto, se non si riscalda facilmente, & parimente, poi ch'ha incominciato a riscaldarsi, che non se gli leni ben presto questo riscaldamento: percioche quelle cose, che si lassano lungo tempo bollire, con la vehemenza, & durabilità di quel feruore, perdono ancora tutti li spiriti; ma quelle, che non si riscaldano mai, come fa il vino acquato, non potranno in modo alcuno salire in alto.

L'vn & l'altro raspato tanto de' poveri, quanto de' ricchi, mentre che è di quell' anno, si può beuer senza danno; passato quel tempo, spesso è di danno, & quanto più è fresco, è tanto più diletteuole, & sano; & quanto più è vecchio, tanto più è cattiuo, & d' ingrato sapore: & la causa è, perche essendo li grani dell' vna di sottile, & di grossa sostanza, la parte, che tocca la scorza, è più grossa, & il vino n' esce più tardi, & con più difficoltà; quella, che è lontana, è più sottile, & esce più facilmente, & più presto: nel principio adunque il succo sottile per la maggior parte domina, ma in successo di tempo domina il grosso; & quello è facilmente superato dalla natura per la sua sottigliezza; ma

K questo

Perche è mordente.

Come il sapor piccante non è acre, nè agretto.

Come questo vino punge.

Come questi vini acquistano la qualità di salire in alto.

Il raspato s'è fresco è sano, s'è vecchio, è malfano; & la causa di tale effetto.

Nota la differenza delli grani dell' vna.

questo perche è più solido, & più difficile da risolvere, quando sale alla testa, è necessario che più lungo tempo, & con maggior pertinacia vi si fermi, & che per l'augumento, che fa con li altri humori, distenda le membrane del cervello, & che produca il dolor di testa.

Del vino acquato. Cap. XII I.

GALENO nel secondo de gli Alimenti parlando del vino leggiero dice, che tanto quello, che da i Greci è chiamato, *δευτερίαι* cioè vino secondo, quanto l'altro causa dolor di testa, ma il primo più che il secondo, eccetto se si beuerà con maggior quantità d'acqua. Con questo però bisogna anco sapere, siccome esso dice nell'istesso luogo, che in tal beuanda si troua questa utilità, che passa più presto per la via dell'orina; nella qual cosa bisogna, che vi sia gran differenza, secondo la varietà della specie delle uue, delle quali si fa: percioche se saranno dolci, oltra che la beuanda sarà più suaua, passerà anco più presto per l'orina; ma se saranno ò acerbe, ò acide, ne seguirà una beuanda più insipida, & non così facilmente passerà alle reni. Ma questa sorte di beuanda si fa molto più potente, & con maggior sapore di vino, quando *τροχ* cioè la sua feccia si conserua sino alla primavera, ouero sino all'estate; che se si beue l'inuernata, si come offende manco la testa, così anco prouoca manco l'orina. Queste cose disse Galeno del vino leggiero, & così insieme al giudicio mio s'è detto a bastanza dell'vno & l'altro raspatò, & anco accidentalmente s'è detta la causa, per la quale alcuni vini saltino in sù, & come si possa dichiarare la natura di quel vino, che si chiama Piccante, & se morde per l'acrimonia, ouero per la sottilità della sua sostanza, che molto penetri; & questo basti hauer concluso del vino Romano, ilquale hauemo detto esser molto domestico alla Città di Roma.

Delli vini vicini a Roma. Cap. XIII I.

SEGVITA che parliamo de' vini forastieri, de' quali alcuni sono vicini alla città, alcuni sono lontani. Ma è bene a parlar prima di quelli che sono vicini a Roma: Questi adunque sono di due sorti, ò crudi, ò cotti. Cotto è quello, che è bollito con il fuoco nelle caldaie di rame, hora sin tanto che non getti più schiuma, hora sin tanto che

Nota che l'acqua
to è di varie sorti
secondo la varietà
dell'vue; ilche
si può dire anco
de gli altri vini tut-
ti.

Li vini vicini a Ro-
ma sono ò crudi
ò cotti.
Com'è il vino cot-
to.

che si consumi la terza ò la quarta parte. Crudo è quello, che non è stato cotto a quel modo. Tra quelli, che si cuociono, è il vino di Velletri, di Cora, di Cauri, di Rocca di Papa, di Zagarolo, di Santouito, & di Nettuno.

Crudo è l'Albano, quello della Riccia, di Castelcandolfo, di Terracina, di Marino, di Grottaferrata, di Frascati, della Ruffina, della villa, di Cesano, dell'Anguillara, di Bracciano, di Pisciareello, di Montarano, della Tolfa, di Ceruetti, di Cinità vecchia, di Canepino, di Valeriano, di Giulianello, di Caprarola, & di Soriano.

Giuliano poi, Palestrina, Valmontone, Nemi, Genzano, Anagni, & Palombaro, ne hanno di cotto, & di crudo.

Quello di Velletri è il più potente, il più odorato, & il più durabile che si troui tra tutte le sorti di vini cotti; ha una sostanza ferma, che resiste gagliardamente alla corrottione: il color suo è hora rosso, hora flauo, e di forte nutrimento per esser di sostanza più solida, si cuoce nello stomaco con difficoltà, & questo non può essere, se non perche indura il nutrimento con ilquale si mescola, come già hauemo detto, & rende il chilo più grosso, percioche la testa notabilmente, si perche è molto odorato, si perche hauendo i vapori solidi & pertinaci, simili alla sua sostanza, con maggior tenacità si fermano nel cervello.

Non è di danno a quelli che stanno in continuo essercitio, & a i serui, & a quelli, che sono di grossa complessione; perche a questi tali non conuiene sottile, ma forte nutrimento: a quelli poi che stanno in riposo, & che hanno la testa debile, è molto dannoso; perche questi, si come fanno poco essercitio, così non possono cuocer un gagliardo nutrimento.

Quello di Segni, di Cora, di Cauri, di Rocca di Papa, & di Zagarolo, si può metter nel secondo luogo di bontà. Ma quello di Santo Vito, & di Nettuno è di gran lunga differente da questo: perche spesse volte prima che sia ben cotto, acquista una sostanza simile a quella del mosto cotto, l'vno & l'altro paragonato a gli altri vini, che hauemo nominati, è molto debile, per hauer il sapore quasi dell'agresto; nè alcuno si può fidare, che sia per durar molto tempo.

Poi c'hauemo detto assai delli vini cotti, trattiamo delli crudi. Quello di Terracina è bianco, come si dice, & più presto porta poca, che assai acqua; si conserua sino al secondo anno, non si cuoce male, non offende la testa, lassa di dietro in bocca non sò che poco del sapore astringente; ilqual si chiama volgarmente asciutto, & per questo forse li podagrosi lo beuono volentieri.

Com'è il vino cot-
to.
Quali sono li cot-
ti.

Quali sono li cotti
di.

Due ne sono de'
cotti, & de' crudi.

La natura del vi-
no di Velletri.

Percuote la testa,
& per qual causa.

A' quali sia vtile
il vino di Velletri.

A' quali sia di dan-
no.

Quali siano li vini
di Cora, Cauri, Roc-
ca di Papa, & Zaga-
rolo.
Di S. Vito, & di
Nettuno.

La natura del vi-
no di Terracina,
& la sua virtù.

La natura del vino
Albano.

La sua bontà.

L'Albano è stimato tra i crudi, il miglior di tutti, così bene il bianco, come il rosso, è molto diletteuole al gusto, salta facilmente nel beccchiere, & massime il rosso, la causa di questo effetto è stata dichiarata poco di sopra. Poiche è riposto nelle botti per tutta l'inuernata, è stimato suauo, & accommodato allo stomaco; la testa, se non è più che debile, non ne sente danno alcuno; all'estate non è manco grato, che utile: & s'è riposto in una cantina fredda, si conserua facilmente da una inuernata all'altra.

Del vino, che porta poca acqua. Cap. xv.

Come fosse il vino
che porta poca
acqua appresso gli
antichi.

NON intendo per vino, che porta poca acqua, quello, del qual parla Galeno nel terzo delli mali acuti; & lo chiama acquoso, perche anco era detto così volgarmente da tutti; & questo è simile all'acqua così di forze, come di sostanza; è trasparente, come acqua chiaro, puro; & di sottil sostanza; & da queste qualità si conosce anco la facoltà, perche non offende la testa debile, nè li nerui infermi, & si conosce manifestamente, che non riscalda; & poco abbasso dice, che non ha alcuna delle qualità, che sono ne gli altri vini, cioè, nè austerità, nè astringenza, nè dolcezza, nè odore: & in somma che a questo solo vino è stato concesso per fauore, di esser priuo di tutti li mali, che possono essere & nell'acqua, & nel vino; sin qui parla Galeno.

Il vino che porta
poca acqua, delli
antichi hora non
si troua. Come si
possa far simile a
quello.

Ma poi che a tempi nostri questo vino è di raro, o non mai si troua, se alcuno vorrà hauer un simil vino, gli conuerrà pigliare venti misure di mosto bianco, & meza di acqua, & lassarlo insieme bollire sino tanto che si consumi quella quantità d'acqua; & questa era usanza d'alcuni antichi, li quali chiamauano questo vino ἀδύναμον, cioè debile, ouero ci potemo seruire de' nostri vini più leggieri, o qual si voglia altro vino più simile a quello, & farlo acquoso col metterui dentro tanta acqua che bati, un pezzo prima che si beua; accioche si possa far più sicura mistura tra l'acqua & il vino; & di questa sorte forse Hippocrate soleua alcuna volta chiamar il vino acquoso, come nel quarto de' morbi acuti: ma più chiaro, nel terzo parlando de' vini dice
προξυλίωται δὲ δὲ ἐπὶ τὰ μὲν ἀνω πάλαι & τὰ κ' ὑστὶν ἵστων βλάψαι
ἢν ὑδαρῆστος ἢ: τὰ δὲ κατ' ἕτερον & μᾶλλον ὀνήσι μὲν ἀπραπίστος ἢ.
le quali parole tradotte in volgare, vogliono dire che ogni uno deue sapere, che questo se sarà molto acquoso, si come manco offende li membri superiori,

superiori, & la vesica, così il più puro, è di maggior aiuto a gl'intestini; Come volse inferir ancora nel terzo de' morbi, nel fine del libro, quando mescola 25. parti d'acqua con una parte di vino Thasio vecchio; done dice, ancor che li vini bianchi acquosi fatti di uua già passa, giouano alle feбри ardenti, alie quali gioua ancora quella acquosità cauata per espressione dall'ue passe. Ma quanto alla misura dell'acqua, & del vino, credo che sarà cosa ragioneuole metter tanta acqua nel vino, che si faccia bianco, & che in esso non si senta odor alcuno. Tanto basta hauer detto accidentalmente di questo vino. E' tempo che ritorniamo al nostro proposito.

De gli altri vini vicini a Roma, che si chiamano crudi. Cap. xvi.

IL vino della Riccia è quasi come l'Albano, di sostanza, & di colore, & di mantenersi buono lungo tempo. Ma è stimato esser un poco differente nel sapore, perche si come quello inclina al suauo, così questo inclina all'austero; & in ciò ancora adesso conserua la sua antica natura: perche al tempo antico non era come adesso poco, ma molto austero, come Plinio volse ben mostrare nel lib. 14. al cap. 1. con queste parole, dicendo, che Cineas Ambasciatore di Pirro Re de gli Epiroti marauigliatosi dell'altrezza de gli olmi della Riccia, sopra i quali salinano le viti, motteggio sopra l'austerità di quel vino, con dire, che meritamente la matre sua pendeva sopra si alta croce: a questo modo dice Plinio, mostrando che il vino della Riccia anticamente fosse notabilmente austero.

Il vino della Riccia.
La differenza ch'è
tra il vino della
Riccia, & quello
d'Albano.
Anticamente il vino
della Riccia
era molto auifero.

Nota l'arguto detto
di Cineas Am-
basciatore de gli
Epiroti sopra il vino
della Riccia.

Quello di Castel Candolfo è bianco, & rosso, simile all'Albano, & come quello si conserua; è però differente, che qualche volta è leggiero, qualche volta è alquanto più gagliardo, quello è ottimo all'estate, questo l'inuernata; nè l'uno, nè l'altro offende la testa; ambidui sono di grato sapore, accommodati allo stomaco, & massime quello, che è alquanto più gagliardo, perche c'acosta alla natura della Centola, della quale abbasso si tratterà.

Il vino di Castel
Candolfo, & la dif-
ferenza, che è con
l'Albano.

Quello di Marino dicono che è solamente bianco, & che si conserua nel modo istesso, come l'Albano bianco; è grato allo stomaco, si sente molle, cioè, che è ben purgato, & senza asprezza.

Il vino di Marino.

Quello di Frascati per la maggior parte è bianco, porta poca acqua, & ha

Il vino di Frasca-
ti.

& hà dell'acido, onde non è molto grato.

Il vino della Ruf-
fina, & della villa.

Quello della Ruffina, & della Villa così bianco, come rosso è poco dif-
ferente da quello di Frascati, & non è di manco bontà, che sia l'Albano.

Il vino di Cesano.

Quello di Cesano è più spesso è rosso, che bianco, facilmente si cuoce;
è accomodato allo stomaco, ne suole tentar la testa.

Il vino dell'An-
guillara.

Quello dell'Anquillara è quasi simile al vino di Cesano, ma è più sua-
ue, & più fermo, salta leggiadramente nel bicchiere, si beue commoda-
mente, & d'inuerno, & d'estate, è conueniente allo stomaco, & si con-
serua ancora sino al secondo anno.

Il vino di Braccia-
no.

Quello di Bracciano è quasi al tutto simile al vino dell'Anquillara,
non solo nel colore, ma ancora nella virtù.

Il vino di Pisciarello.

Quello di Pisciarello, che è un luogo vicino a Bracciano, è per il più
bianco, ma di tanta suauità, & leggierezza, che (si come tutti credono)
si può dar sicuramente a gli ammalati, & tanto più, perche con-
forta lo stomaco, non offende la testa, & ristora presto le forze.

Il vino di Monte-
rano.

Quello di Monterano stà in mezzo tra il vino di Pisciarello, & quello
dell'Anquillara; è più spesso nero, che bianco, piace allo stomaco, salta
in su, & inuita al beuer con la sua suauità.

Il vino della Tol-
fa.

Quello della Tolfa non si cuoce facilmente: perche è alquanto duro,
e bianco & rosso; se si beue nel loco, doue nasce, è migliore, poi che non
riesce buono, s'è condotto altroue.

Il vino di Cerue-
to.

Il vino di Cerueto è simile a quello della Tolfa in colore, ma è più sua-
ue, & più leggero, se bene alle volte hà un poco del duretto; ma se non
hà questa qualità, è perfetto, & anco facilmente si conserua.

Il vino di Capra-
rola.

Quello di Caprarola se ben porta poca acqua, hà però alquanto di
odore, ma molto grato, chiamato da alcuni aromatico; se ne troua di
quello, che hà un poco dell'austero, & che declina da questo sapore, al sua-
ue: nessuno di essi nuoce alla testa, ambidui presto si cuocono, eccetto se
forse degeneraranno nel sapore dell'agresto; si danno sicuramente a quel-
li ammalati, che hanno bisogno di vino; doue nasce è molto più stima-
to, che s'è portato altroue; eccetto però se la cantina, doue è riposto,
sarà frigidissima: è vero che facilmente gli mancano le forze; & per
questo ancora facilmente si fa acido.

Questo vino si dà
a gli ammalati.

Il vino di Canapi-
no.

Quello di Canapino è rosso, è bianco che sia, è alquanto più gagliar-
do del vino di Caprarola: nel resto poi è quasi simile, eccetto che hà
quell'odore così grato.

Il vino di Valera-
no, & Iulianello.

Tra questo & quello di Vallerano, & Giulianello non v'è molta dif-
ferenza.

Delli

Delli vini propinqui a Roma, li quali se ben so-
no del medesimo luogo, alcuni sono crudi,
alcuni cotti. Cap. xvii.

QUESTO hauemo detto de' vini crudi vicini a Roma, seguita
che trattiamo di quelli, che hora sono crudi, hora sono cotti.

Alcuni dicono, che quello di Nemi, & di Genazano, s'è cotto, si può
comparar a quello di Cuni, & di Zagarolo, se è crudo, è spesso simile a
quello della Riccia: & per questo per la somiglianza che hà con quello
della Riccia, si vende spesso a Roma sotto quel nome, & è bianco
& rosso.

Il vino di Nemi,
& Genazano.

Qual vino si ven-
de in loco di quel-
lo della Riccia.

Quello di Giuliano quando è crudo, è più austero, ne dura molto
tempo, s'è cotto, è di poca possanza.

Il vino di Giulia-
no.

Quello d'Anagni, & di Valmontone è simile a quello di Giuliano,
quando non è cotto; ma s'è cotto, è molto migliore, & si conserua più
lungo tempo.

Il vino d'Anagni,
& di Valmontone.

Quello di Palestrina, & di Palombara, s'è crudo, mostra di esser ros-
so, & non bianco; ambidui così li crudi, come li cotti, sono gagliardi
& durabili.

Il vino di Palestri-
na, & di Palomba-
ra.

Delli vini forastieri, che sono molto distanti da
Roma. Cap. xviii.

SIN' HORA hauemo ragionato de' vini vicini a Roma, seguita
che trattiamo di quelli, che sono lontani. Di questi, alcuni sono nel
Regno di Napoli, cioè che vengono ò dalla terra di Lauoro, ò dalla Ca-
labria, & questi si chiamano vini Calabresi, li quali si trouano, pas-
sando il fiume Sylari, con il quale anco la Basilicata si contiene: alcuni
vengono da Sicilia, alcuni da Corsica, alcuni dalla Riuiera di Genoua,
onde si chiamano Genouesi, alcuni da Port'Hercole, alcuni dalla Franzia,
& questi, se ben communemente si chiamano Francesi, vengono
però per la maggior parte dalla Pronincia di Narbona. Quelli che
vengono dalla terra di Lauoro, hanno il nome hora di Greco di Somma,
hora di Greco di Resina, hora di Greco di Santo Anastasio, hora di Greco.

Vini Calabresi.

Vini Siciliani.

Vini Genouesi.

Vini Francesi.

Quante forti di
vino Greco si trouano.

Ottaiano,

Ottaiano, hora di Greco di Torre, hora di Greco di Pausilippo, hora di Greco d'Ischia, cioè dell'Isola detta anticamente Enaria. Dopò questi vi è il vino Latino, la Lacrima, l'Allianico, il Mazzacane, il S. Seuerino, il Magnaguerra, l'Asprino, il Vernotico, il Pausilippo minore, perche porta poca acqua: il vino di Salerno; & tutti questi vini nascono in terra di Lauoro.

Vino Latino.

Di quante forte di vino, che nasce in terra di Lauoro.

Li nomi delli vini che vengono di Calabria.

Tra i vini che vengono di Calabria, si raccontano questi, cioè, l'Eropolio, Castello Albatio, Montemauro, l'Acciaiolo, Lagnionio, Policano, Pesciotto, Centola, Sangianni, Scalea, Ossomartio, Chiarello, Belvedere, Paola, che è bianco & rosso, & è chiamato da alcuni Falsamico, Vernazza, vino di Tropea; & questi sono li vini chiamati Calabresi.

Il nome delli vini, che vengono di Sicilia.

Da Sicilia pochi se ne conducono a Roma, & sono di due sorti, cioè, uno chiamato vino di Carinola, l'altro si chiama priuatamente vino di Sicilia.

Il nome delli vini di Corsica.

Dei Corsi vi è quello chiamato Pietranera, il Centurio, il Capocorso, il Branno dell'Elba, che nasce nell'Isola dell'Elba, che è poco lontana dall'Isola di Corsica.

Il nome delli vini, che vengono dalla Riuiera di Genoua.

Dalla Riuiera di Genoua ne viene il Cinqueterre, il Razzeso, il Moscatello, il quale da alcuni è detto Apiano; oltre di questo il Moscatello di quel luogo, che si chiama Tagio. Et di più vengono certi vini, che portano poca acqua. Quelli di Port'Hercole poi sono tutti d'una natura.

Li Francesi, li quali si chiamano vini Prouenzali, sono & bianchi, & neri. Io so benissimo che molti pensaranno, che n'habbia lassati assai, perche ogni uno ha la sua inclinatione à qualche particolare vino, & pur che sia possibile, se lo fanno condur da luoghi lontanissimi; ma mi pare hauer fatto assai a nominar quelli, li quali sono in maggior uso a Roma.

Del vino Greco. Cap: XI X.

Doue nasce il Greco di Somma.

Le qualità del Greco di Somma.

IL Greco di Somma è nobilissimo tra tutti gli altri vini; nasce sopra il Monte Vesuuio nella più alta parte, che incomincia a declinare nel luogo, doue è la città di Somma, & alcune altre Ville, che volgarmente si chiamano Trocchia, Polla, & Massa; risplende del color d'oro, non è di molto grand'odore, ne graua la testa, come quello di Velletri, ma di grato odore, & dilettenole sapore, poi che ha acquistato la sua perfettione, quanto più è nuouo, tanto più è delicato, & quanto più è vecchio,

vecchio, è tanto più aspro; è il più potente vino, che si beua a Roma, fuori che quel di Velletri; oltre di questo è gagliardo & potente, non se ne troua di nero: si mantiene lungo tempo, ma non si cuoce nello stomaco troppo facilmente; nutrisce assai, & per questo porta danno a quelli che mangiano assai, & massime a putti, & a donne, eccetto se forse sono molto continenti: percioche quando si mangia assai, & che insieme si beue vino potente in gran quantità, le vene si riempiono di quella beuanda più presto di quel tempo, che possono tirar qualche nutrimento da i cibi: per la qual cosa il nutrimento lassato troppo nel ventricolo, & fuori dell'ordinario della natura, si corrompe; oltre di questo li istessi cibi mentre che si cuocono con il vino tanto potente, si fanno più duri; onde cocendosi li cibi nello stomaco, nel modo che si cuocono nell'acqua, il che bisogna che si faccia con l'humido, ne seguita, che per il beuer di questo vino a pasto, & massime mangiando & beuendo assai, si fa sempre cattiuu concottione. Et questo si può veder facilmente con l'esempio della carne, la quale se sarà cotta co'l vino, si smaltirà sempre con maggior difficoltà, che se sarà cotta con l'acqua. Nuoce a quelli che hanno difficoltà d'orina, sì perche prouoca l'orina, sì anco, & molto più, perche mentre che il vino si muta nello stomaco, diuenta acido, quasi come l'aceto, si come ogni uno può prouare, se alle volte, anchor che sia sano, vomitarà dopò il cibo (si come di sopra hauemo insegnato) & l'aceto è poi contrario alla vesica; & tanto più, quanto che il vino, del quale si fa quell'aceto, sarà potente. Nuoce a quelli, che hanno la testa, & lo stomaco debole; nuoce mirabilmente a quelli, che mangiano gran copia di carne: ma gioua poi a quelli, che non ne mangiano; & tanto più se quelle cose, che pigliano, non saranno in troppa quantità. Non è di danno a quelli, che s'essercitano assai; a quelli che stanno in otio è sempre di sospetto, eccetto se saranno molto sobrij. Nuoce a beuerlo l'estate, eccetto se si beue con grandissima quantità d'acqua; per il contrario gioua a beuerlo l'inuernata; gioua a quelli che mangiano poco, & a quelli, che digiunano quando si beue con misura; non nuoce mai a quelli, che hanno la testa robusta, & lo stomaco gagliardo; & se è vero che si muta facilmente quando è mescolato con altro vino, si può credere, che se sarà beuuto non solo con acqua, ma con altro vino, si altererà, & si cuocerà più facilmente nello stomaco. Alcuni pensano, che questo vino, sia quello, che anticamente si chiamaua Greco, sì perche ha il medesimo nome, sì anco perche è così eccellente, che si fa con questo, come si faceua con il Greco al tempo antico, tanto

Il Greco di Somma non è così potente, come il uino di Velletri.

A quali non conuenga il Greco di Somma.

Il danno che seguita dal beuer di questo uino.

Perche nuoce a quelli, che hanno difficoltà d'orina.

A quali gioua il Greco di Somma.

Se il Greco di Somma è il Greco degli antichi, & come tal cosa si proua.

era grato, come dice Plinio nel lib. 14. del quale se ne soleua dare nell' banchetti vn solo bicchiere per vno a tutti; & per tal causa vogliono, che sia quell'istesso. Ma il Greco de gli antichi era nominato in dui modi, vno si chiamaua Greco falso, come dice Cornelio Celso nel terzo libro; l'altro si chiamaua Greco semplicemente senz'altra giunta; nè quà occorreua prouare, che questo del quale hora si disputa, non sia il Greco falso; essendo cosa tanto chiara, che non ha bisogno di proua; perche quello si faceua ò con il sale, ò con l'acqua del mare ancor salata, come si vede appresso Catone, nel libro delle cose Rustiche, & in Columella, & anco in Plinio, nel lib. 14. Ma il nostro Greco, come ogn'vn sà, non riceue nè sale, nè acqua salata, quando però è fatto come si deue; però non può esser il Greco falso.

In qual modo si proua, che non sia quello il Greco de gli antichi era di due forti, cioè, ò falso, ò semplicemente Greco.

Che non sia quello che era falso.

In qual modo si può dire che sia quello de gli antichi.

Come non sia quello de gli antichi.

Doue nasceua il Greco de gli antichi.

Come non si può sapere, che il Greco di Somma habbia origine dal Greco de gli antichi.

Alcuni vogliono che sia il Falerno, altri l'Amineo.

Come non può esser il Falerno.

Dirà alcuno, che questo nostro è quell'istesso de gli antichi, che era condito con l'acqua del mare, nondimeno non era salato (come dice Palladio) perche, dice egli, era composto con quell'acqua marina, la quale si conseruaua vn anno intiero; nel qual tempo non solo perdeua l'amaritudine, & odor suo naturale; ma anco si faceua dolce; per la qual cosa potena facilmente hauer tanto sapore, & tanta gratia, quanta gli attribuisce Plinio; ma questa opinione si ribatte così bene, come quell'altra, perche questo nostro si fa senza mistura d'alcun altro liquore.

Se adunque alcuno penserà, che il Greco de gli antichi fosse nè falso, nè composto di altra cosa, ma puro & semplice; & che si conceda, che questo venisse non da tutta la Grecia, come è verisimile, ma da alcuni luoghi suoi particolari, è necessario a conceder, che venisse ò dall'Isola di Metelino detto Lesbo da gli antichi, ò da Thasia, ò da Choo, ò da Rhodi, ò da qualch'altro simil luogo. Talche essendo sin' hora incognita la verità di questo fatto, cioè, che il Greco de gli antichi nascesse in alcuno delli detti luoghi, & che si facesse senza condimento; deue anco parimente esser sin' hora incognito, che il Greco nato nel monte Vesuuio habbia origine da quel vino, ilqual anticamente si chiamaua Greco.

Alcuni vogliono, che sia quello, che anticamente si chiamaua Falerno, perche ha color d'oro come quello; è eguale a quello in gagliardezza, & è celebratissimo; altri vogliono, che sia lo Amineo. Ma molte proue vi sono, che non sia il Falerno; prima, perche questo nostro Greco nasce nel monte Vesuuio, & il Falerno nasce in vn Territorio, che si chiama Falerno; & questi luoghi, come ogn'vn crede, sono distanti l'vno dall'altro. Oltre di questo del Falerno se ne trouaua non solo di bianco, cioè di color d'oro, come è questo nostro, ma anco del rosso, & del nero; ma

questo

questo nostro è solamente bianco. Il Falerno era in opinione di oscurar la vista, come dice Plinio nel libro 23. cosa che sin' hora non è stata detta, nè notata da alcuno del nostro Greco. Quelli che credono che sia l'Amineo, si sforzano di prouarlo a questo modo, cioè, che l'vne Aminee per l'auttorità di Columella, & di Plinio nasceuano nel Monte Vesuuio, & di queste ve n'erano cinque sorti, delle quali la minore, come dice Plinio nel libro 14. nasceua nel monte Vesuuio, & ne' colli di Sorrento. Talche hauendo il primo luogo le vne Aminee come esso dice nell'istesso luogo, perche con la sua gagliardezza giouauano molto a' vecchi, & il lor vino daua la vita ad ogn'vno, onde il Poeta dice:

Sunt & Amineæ vites fortissima vina.

Et le vne, dalle quali si fa il nostro Greco, nascono nel monte Vesuuio, & sono piccole eguali alle Aminee minori, & il vino, che ne nasce, è gagliardissimo sopra tutti gli altri vini, onde debitamente gli conuiene il nome di principato: adunque questo nostro Greco di Somma sarà compreso sotto vna specie del vino Amineo de gli antichi; & tale è il loro argomento. Ma questi ancora si come fanno l'argomento falso, così non prouano cosa alcuna. Prima perche il vino Amineo era rosso & nero, poiche alcune vne Aminee erano nere chiamate Siriace, come dice Plinio, nel lib. 14. & il nostro Greco non è nè nero nè rosso. Oltre di questo tra i vini Aminei ve n'era dell'austero, come dice Cornelio Celso, nel quarto libro, & nel nostro Greco non si troua alcuna sorte di austerità; per la qual cosa si conclude, che il Greco di Somma, che hora noi beuiamo, non è il Greco de gli antichi, nè è il Falerno, nè l'Amineo.

Ma se alcuno volesse rispondere a queste nostre ragioni, perche il nostro Greco non solo è bianco & suauo al gusto, ma anco nero, rosso, & austero, cosa che si può prouare, perche nel monte Vesuuio vi nascono vini rossi, neri, & austeri; questa risposta potria parere assai buona, se li vini de gli antichi, che erano bianchi, rossi, & neri, si fossero chiamati Greci, ò Falerni; ma perche si come erano di diuerse facultà, così ancora haueuano diuersi nomi, è verisimile a dire, che il nostro Greco non sia nè rosso, nè nero, nè austero, & non confonder si ogni giorno, & in ogni luogo in varie dubitationi, & spesso contrarie intorno a questo medesimo soggetto, & contender perpetuamente con tutti, che quasi tutto il giorno non si può attendere ad altro, quando tra alcuni in Roma si ragiona de' vini potenti, & massime di questo Greco, che refutare, & approbare hora queste, hora quelle ragioni.

Ma chiamasi questo vino come si voglia, perche già per la longa

L 2 espe-

Come si proua che sia l'Amineo.

Risposta alla detta proua, come non conclude.

Come il Greco di Somma non è il Greco de gli antichi, nè il Falerno, nè manco l'Amineo.

Il Greco di Somma non è nè rosso, nè nero, nè austero.

esperienza è cosa chiara quali, & quante, & di che sorte siano le forze di questo nostro Greco, mi pare cosa molto superflua a consumare più tempo per venir in cognitione qual vino fosse questo al tempo de gli antichi; & tanto più, perche quando bene si sapesse chiaramente, non saria di maggior utile di quello che saria, se solamente si sapesse, che fosse quell'istesso, che era l'Amineo de gli antichi. Quanto poi spetta all'altre cose, che risguardano le facultà sue, mi pare conueniente a credere più alla nostra, che all'esperienza de gli antichi, eccetto se forse le cose vecchie corrispondessero con le presenti. Ma perche il mondo & le altre cose hanno i suoi tempi, si vede manifestamente, che (secondo che il nascere & declinare delle cose si congiungono) non solo vn diuerso luogo fa vn diuerso vino, ma vn istesso luogo in vario & diuerso tempo farà alle volte vn diuerso vino.

Basta hauer detto queste cose del Greco di Somma, & di quello di Trochia, & di Pola, & di Massa nel monte Vesuuio, tanto più, perche se stima che queste quattro sorti di vino siano uguali in natura, & in bontà.

De gli altri viniforastieri. Cap. x X.

Le qualità del Greco di Refina.

QVELLI che sono in opinione di conoscer li vini a nostri tempi, dicono, che il Greco di Refina è manco grato, che il Greco di Somma; ma che per esser più accommodato allo stomaco, più facilmente anco si cuoce, che tenta manco la testa, & che si conserva più lungo tempo.

Le qualità del Greco di S. Anastasio.

Il Greco di S. Anastasio è grosso & grasso, si muta facilmente d'un colore in vn altro, & nuoce notabilmente allo stomaco.

Le qualità del Greco Ottauiano, & come si vende in cambio del Greco di Somma.

Il Greco Ottauiano si può metter per simile a questo; onde li mercanti lo mescolano con il Greco di Somma; poi rischiarato che l'hanno con il chiaro d'ouo, lo vendono per Greco di Somma; ma però è più leggero, & più suauo.

Le qualità del Greco di Torre.

Il Greco di Torre è per il più, grasso & dolce, diletta il gusto, conforta lo stomaco, non si conserva lungo tempo, & diventa facilmente nero.

Le qualità del Greco di Pausilippo.

Il Greco del monte Pausilippo è il miglior di tutti, perche è leggero, suauo al gusto, grato allo stomaco, in particolare gioua a nobili, & a quelli che habitano nelle Città, che non hanno la complessione molto robusta;

robusta; di sua natura non offende la testa, si cuoce facilmente, soauemente nutrice, & si conserva lungo tempo sincero.

Il Greco d'Ischia, cioè quello, che nasce nell' Isola Enaria, hora Ischia, naturalmente matura presto, gioua allo stomaco, si cuoce facilmente, non tenta la testa di sua natura; ma se in particolare si considera quello che nasce nelle due ville chiamate Foria & Panza, dirò che non ha alcuna grassezza in se; onde a guisa di Sorbe essicca li labri; & siccome fa questo effetto, così stringe ancora il corpo. Ma se sarà dolce, si deue anteporre a tutti gli altri vini di quell' Isola, come che sia migliore di tutti, & che non stringa il corpo, & che facilmente si mantenga all'estate. Queste cose hauemo detto de' vini Greci, che suol beuere il Popolo Romano.

Il vino chiamato Latino nasce in quelli medesimi luoghi, doue nasce il Greco di Torre; è bianco, come volgarmente si dice, ha principalmente vn poco del grosso, & dolce; piace l'inuernata, si fa presto nero, causa ostruzione, l'estate diuenta aceto.

La Lacrima, la quale è ottima, nasce anch'ella nel monte Vesuuio, rosetta di colore, ilqual si dice volgarmente Claretto, gioueuole allo stomaco, diletteuole nel beuerla, facilmente si cuoce, dura non solo per vn anno intiero, ma anco molto più.

L'Aglianico è rosso, & quasi nero, di sostanza grossa, odorato, ma non offende la testa, è soauo al gusto, quadra all'appetito, facilmente si cuoce, restringe il corpo, si mantien buono lungo tempo.

Il Mazzacane nasce principalmente appresso alla villa, che si chiama Vico, & sopra le colline di Sorrento; è molto sottile, & leggero, di color d'oro; qualche volta ha vn poco dell'acido, & spesso ha dell'agrestino, non è conueniente allo stomaco, che riceua poco cibo, ma è ben buono più che qual si voglia altro a quelli, che mangiano assai, difficilmente dura sino all'estate, si cuoce presto, & senza molestia, causa dolor di testa ad alcuni, cosa che forse potrà essere di marauiglia a qualcuno; & questo per ventura sarà, perche alcuni ne beueranno più del douere, ò perche per esser sottile passa presto alla testa, & inui per la presenza del calore, si condensa (doue che l'acqua per il contrario s'ingrossa) & nell'istesso luogo si ferma più tempo, & poi accresciuto da più copiosa beuanda, empie il ceruello, & distende le membrane sue, & inui causa dolore, il qual però dura poco, perche facilmente si risolve per la sottigliezza, & tenuità delle sue parti.

Il Sansuerino è rosso, porta poca acqua, si cuoce facilmente, rappresenta

Le qualità del Greco d'Ischia.

Il Greco d'Ischia dolce è meglio de gli altri.

Le qualità del vino Latino.

Le qualità della Lacrima.

Le qualità del vino Aglianico.

Le qualità del Mazzacane.

Per qual causa il Mazzacane causa dolor di testa.

Le qualità del Sansuerino.

E' cosa superflua a conlumar il tempo per cercar qual fosse questo vino appresso gli Antichi.

Le cose antiche non corrispondono alle presenti.

Vn'istesso loco in diuersi tempi farà vn diuerso vino.

presenta l'agresto con il debole sapore, spesso è di poco utile a quelli, che hanno lo stomaco voto, & che si nutriscono poco; & qualche volta anco è di danno.

Le qualità del Magnaguerra.

Il Magnaguerra nasce quasi ne' medesimi luoghi, è vino molto grosso, rosso, & dolce; fa l'officio, & supplisce al bisogno del mangiare & del beuere, causa opilatione; & quelli che spesso ne beuono, sono pericolosi d'ammalarsi.

Le qualità del vino Asprino.

L'Asprino all'incontro è bianco, nasce appresso a Capua, Aversa, Gioianno, & Sant'Antimo, si cuoce facilmente, con difficoltà dura sino all'estate; ma se dura, suol esser sommamente grato quanto allo stomaco, è simile a quello di San Seuerino.

Le qualità del Vernotico.

Il Vernotico è bianco, & nasce a Nola, è ben simile all'Asprino, ma poi è migliore, perche offende manco lo stomaco, facilmente si vince, è soaue nel beuere, non ingrato nel sapore, & si conserua l'estate.

Le qualità del Pausilippo.

Il vino del monte Pausilippo, che si dice che porta poca acqua, è bianco, & rosso, & molle; & questa qualità da gli antichi si chiamaua defecata; è senz'asprezza, & volgarmente si dice maturo; non si cuoce con difficoltà, è comodo allo stomaco; gioua l'inuerno & l'estate a quelli, che hanno lo stomaco debile.

Le qualità del vino di Salerno.

Il vino di Salerno è il più delle volte di colore tra rosso, & ciresolo, ma qualche volta, benche di raro, è bianco, cioè di color d'oro; ha alquanto del rosso, o del giallo; l'un & l'altro è soaue al gusto, accomodato allo stomaco, non offende la testa: quanto alla forza è mediocre, dura per tutta l'estate.

Le qualità del vino d'Acropoli, e Lapposo.

Il vino d'Acropoli è bianco, & tenace alquanto nel toccarlo, & si attacca a labri; & questa sorte di vino è chiamato Lapposo, è quasi austero al gusto, non si conserua molto tempo.

Le qualità del vino di Castel Abbatio.

Il vino di Castel Abbatio è nel colore tra l molto bianco, & giallo gagliardo; è vino di famiglia, non si cuoce molto facilmente, dura longhissimo tempo.

Le qualità del vino di monte Mauro.

Il vino di monte Mauro, ilqual si chiama & soprano, & sottano, alcuni anco lo chiamano di Carichio, & di Celfo, è bianco, nel modo però che comunemente il vino si chiama bianco, è di grato sapore, durabile, & buono per la famiglia.

Le qualità del vino Acciaiolio, & Lignonio.

L'Acciaiolio, & Lignonio ambidui sono bianchi, & molto potenti, durano assai, & percuotono la testa.

Le qualità del vino Policano.

Il Policano è di gran forza, & è in un certo modo simile alla Vernaccia, è bianco sì, ma inclina al rosso; è alquanto difficile da digerire;

rare: è buono per li serui, & per li contadini.

Il Pescioto è bianco, & simile alla Centola: però è alquanto più tenace al toccarlo, s'attacca a labri, & è alquanto aspro: è duro da cuocere, se l'estate sarà gran caldo, facilmente si corrompe: del negro poi non è in tanta copia, ma è ben diletteuole con un poco di asstringeria.

Le qualità del vino Pescioto.

La Centola è vino bianco, & ha l'odor di viole, conueniente allo stomaco: si cuoce senza molestia, non offende la testa, è utile alli sani, & a gli ammalati: rappresenta al gusto una certa leggiera tenacità: si mantiene sicuramente sino al secondo anno.

Le qualità della Centola.

Il vino di S. Giouanni è più leggiero, che la Centola, ma è manco molle (come dicono i Latini) piace a tutti, & nel beuerlo, & nel gustarlo; si dà sicuramente a gli ammalati & a' sani.

Le qualità del vino di S. Giouanni.

La Scalea è di bel colore, cioè, che ha alquanto del rosso, rappresenta alla bocca un poco di tenacità, è odorato, diletteuole nel beuerlo, non nuoce allo stomaco, l'estate facilmente si corrompe, & si conuertente in aceto.

Le qualità della Scalea.

L'Osso Martio ha alquanto dell'aspro, dell'acido, & del bianco, ma ha tutte queste qualità in debil grado: non nuoce però allo stomaco, non si conserua per molto tempo.

Le qualità dell'Osso Martio.

Il Chiarello è di color d'oro, o rosso, o poco meno che giallo, è risplendente, ha poco odore, non offende la testa, s'accosta con il sapore all'esser suauo, conforta lo stomaco, non si cuoce con difficoltà, finalmente è sano, & durabile.

Le qualità del vino Chiarello.

Li vini di Maura, di Grifolo, & dell'Abbate Marco, i quali sono luoghi vicini a quello doue nasce il Chiarello, sono ben simili al Chiarello, ma non durano così longo tempo, nè sono di tanta perfettione, nè di sapore tanto soaue, nè manco piacciono tanto allo stomaco: & non per questo gli nuocono, anzi più presto gli giouano, & non offendono la testa.

Le qualità del vino di Maura, di Grifolo, & dell'Abbate Marco.

Il vino chiamato Belvedere, alcuno è bianco, & questo par bello a vederlo, non dispiace allo stomaco, è mediocrementemente gagliardo, ma non è molto durabile; alcuno è rosso, & questo similmente è bello nel vederlo, non piace molto alla bocca, perche alcuni vogliono, che esicchi troppo; & per questo è conueniente alli podagrosi; il rosso dura più che il bianco.

Le qualità del vino Belvedere.

Il vino chiamato Paola è di due sorti, bianco cioè, & rosso; il bianco quasi s'accosta al rosso; è gagliardissimo, & è vino di famiglia; è simile al sapore della Vernaccia, si cuoce difficilmente, riempie la testa; il rosso è chiamato Falsamico, è molto grosso, & d'una rossezza tanto intensa, che quasi s'accosta al nero, & s'accommoda facilmente allo stomaco; se l'uno & l'altro è sincero, durano longhissimo tempo.

Le qualità del vino detto Paola.

Qual sia il vino Falsamico.

Le qualità della Vernaccia. Si fa in due luoghi, in Acciaioi; & in S. Niceto.

La Vernaccia, cioè quella, che si fa in Acciaioi, è perfetta, soave, & molto amica allo stomaco; ma quella, che si chiama di S. Niceto, è ben simile all'altra, ma tanto potente, che se vno ne beue una volta, non ne può beuer l'altra, senza nocumento; ambedue empiono la testa, & durano longhissimo tempo.

Le qualità del vino di Tropea.

Il vino di Tropea non pare molto differente dalla Vernaccia, ma non è sicuro nel conseruarsi; è conueniente alli serui, & a contadini; & questo basta circa a i vini del Regno di Napoli.

Del vino Siciliano.

Le qualità del vino di Carinola.

Il vino di Carinola nel gusto, nel colore, & nel sapore, è quasi uguale al Greco, ma non così grato, nè così perfetto; dura lungo tempo, ma rare volte si conduce a Roma.

Le qualità del vino detto propriamente Siciliano.

L'altro, che hauemo detto, che si chiama generalmente Siciliano, è bianco, ma di color tanto carico, che quasi s'accosta al giallo; è di gran forza, è più conueniente a gli huomini assuefatti a fare grand' esercizio, & alla plebe, che alla Nobiltà; è ben durabile, ma qualche volta diuenta acido.

Del vino Corfo.

Le qualità del vino detto Pietranera.

Il vino chiamato Pietranera diletta al gusto, si sente soave, & è antiposto a gli altri vini di Corsica, & dura più lungo tempo degli altri, ma causa però ostruizioni.

Le qualità del vino detto Centurio.

Il Centurio è ben dolce, & grato al gusto, ma l'estate si fa acido, & facilmente causa ostruizione ne i corpi che lo beuono.

Le qualità del vino detto Capocorso.

Il Capocorso spesso si fa da mercanti più dolce che non è, con l'artificio; percuote la testa, fa ostruizione a quelli che lo beuono.

Le qualità del vino detto Branno.

Il Branno ha manco del grasso, & per questo lo chiamano asciutto; noce manco allo stomaco, non dura però molto.

Le qualità del vino dell'Elba.

Il vino dell'Elba è leggiero, ha alquanto del bianco, è austero, rare volte si troua molle; & questo chiamiamo noi maturo; quello poi che è sincero, si conserua molto tempo.

Delli vini della Riuiera di Genoua.

Le qualità del vino di Cinqueterre, & del Razzefo.

Il vino di Cinqueterre, & massime il Razzefo, è quasi simile al Greco, al gusto è diletteuole, risplendente di color d'oro, non si risolue

risolue in uapore tanto come fa il Greco, & per questo non percuote tanto la testa: si cuoce più facilmente; piace più al palato, & è di lunga durata.

L'Apiano, ilqual da alcuni è chiamato Hippocrasso, nutrisce assai, in-grassa mirabilmente, è alquanto più bianco del colore della Vernaccia; se è intero dura lungo tempo, ma rare volte si conduce a Roma.

Le qualità del vino Apiano detto da alcuni Hippocrasso.

Il Moscatello, & massime di quel luogo, che si chiama Tagia, è ottimo & durabile; nel sapore è molto grato, è simile all'oro nel colore, nondimeno è alquanto opilatiuo.

Le qualità del Moscatello, & di Tagia.

Il vino del Genouese, che porta poca acqua, è bianco & rosso, non nuoce alla testa, ha un poco dell'aspretto, & austero; & nell'estate si corrompe facilmente, se non è posto in cantine fredissime.

Le qualità di quello, che porta poca acqua.

Del vino di Port'Hercole.

Di questo non se n'ha troppo spesso, ma è conueniente allo stomaco, ha odor suauo; quello che è sincero, si conserua facilmente; & pare che stia in mezzo tra il Greco, & il Chiarello.

Le qualità del vino di Port'Hercole.

Del vino Francese.

Il vino Francese, ilqual si conduce a Roma dalla Prouenza, è bianco & rosso, ma si allontana alquanto dall'uno & dall'altro; ne è molto durabile. Del bianco ve n'è del soave, & che ha un poco dell'austero, questo è d'un colore meno che bianco, chiamato da alcuni Bianchetto; quello è di color d'oro; però è molto conueniente & di aiuto allo stomaco; il rosso piace assai all'inuernata, ma stringe molto, & l'estate facilmente si fa acido.

Le qualità del vino Francese.

Dell'Aceto, & del Mosto cotto. Cap. xx I.

BENCHE l'Aceto, & il Mosto cotto non si possa metter tra le beuande, nè tra i vini, ma tra i condimenti, si possono però metter nel numero de i vini, perche quello nasce dal vino, & questo dal mosto.

Perche l'Aceto, & il Mosto cotto si mettono tra'l numero de' vini.

L'Aceto adunque stringe, rinfresca, mitiga la tosse vecchia, & incita la nuoua, beuuto con acqua smorza la sete nata dal caldo, offende i nervi, nuoce alli melancolici, estenua il corpo, preso di dentro, nuoce a gli oc-

Le qualità dell'Aceto.

M chi;

Perche l'Aceto molto forte prouoca il ventre.

chi è più contrario alle donne, che a gli huomini, come che afflige la matrice di dolore; quello, che è molto forte, è atto più presto a prouocar il ventre, che a stringerlo, perche punge, & non nutrisce; si mette con utilità per condimento nell'insalate, in altri cibi, & nelle beuande.

Del Mosto cotto.

Le qualità del Mosto cotto.

L Mosto cotto chiamato sapa (come dice Hippocrate, nel libro de Dieta) scalda, humetta, muoue il corpo; scalda perche è vinoso, humetta, perche nutrisce, muoue il corpo, perche è dolce: è di sostanza grosso, gonfa, è nociuo allo stomaco. Galeno insegna, che non si deue metter con le lenticchie, perche ingrossa: & perche si distende sottilmente intorno alli meati (come dice pur Galeno) non è marauiglia se Dioscoride lo ha chiamato stittico, & se ha detto, che giona a i rosegamenti, & ulcerationi della vesica, & delle reni, & che è conueniente a tutti quelli veneni, che ammazzano con l'esulceratione: nel qual caso si beue con l'olio, & si ributta poi con il vomito, mescolato con quelle cose, che sono di sottil sostanza, & massime con le acide: si come piace assai al gusto, così alcuna volta contempera la loro sottigliezza, alcuna volta indolcisce la vehementia di quella acidità.

Il fine del secondo Libro.

DEL



DELLI ROMANI ET DEL CONSERVARE LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Terzo.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.



Delle cose che si mangiano. Cap. I.

QVESTI sono li vini, che sono in uso a Roma: è tempo horrai, che passiamo alle cose, che si mangiano: nella qual cosa se forse sarò longo, & alquanto molesto, perche quasi tutti li Medici & antichi, & moderni n'hanno scritto copiosamente: nessuno però si marauigli, ne cerchi troppo importunamente la causa perche io habbia trasportato le medesime cose in questo luogo, & quasi che habbia fatto le cose già fatte, & habbia più presto voluto farmi conoscere huomo di gran parole, che esser con ragione ripreso di negligenza da quelli, a quali scriuo: perche questo libro è dirizzato non solo a quelli, che sono pratici di Medicina, ma ad ogni sorte d'huomini, che desiderano di conseruarsi la sanità in questa Città. Accioche dunque questi intendano a pieno la natura, & la qualità di

Per qual causa l'autore scriue di queste cose, delle quali è stato scritto in tanti altri libri.

M 2 quelle

quelle cose, che si mangiano, & non habbiano causa di andarla a cercare ne gli altri libri; ilche a loro saria stato non solo difficile, ma quasi impossibile: ho giudicato esser expediente trattarne, come si deue, in quest' opera, ancor che altri n' habbiano scritto così bene, come possa fare io: & non lassar il lector sospeso, come saria restato. Per tornar adunque al nostro proposito: Auuertiremo prima ogni vno, che è necessario, che tutte quelle cose che nutriscono, habbiano in se vn succo grosso & lento: perche bisogna, che quello che si conuerte nella sostanza nostra, si faccia tale, quale è essa sostanza: & tal cosa non si può fare se non partecipa di grossezza, & di lentore: la grossezza è necessaria per riparare, & accrescere alla quantità, & mole del corpo nostro, quello che è risoluto: il lentore poi gioua per fare che quel cibo si attacchi, & si ritenga. È vero che non tutte le cose, che nutriscono hanno queste facultà ad vn modo, ma vna più, & vna meno: talche se vna del tutto manca, non si può fare il nutrimento buono, perche non basta, che il nutrimento sia solamente grosso, poiche non si potria accostare, ne manco attaccare, come è bisogno. Ne manco basta, che habbia solamente il lentore, perche se il nutrimento ha da empire il corpo, & supplire a quello che manca, le cose lente se non sono anco grosse, non possono seruire a questo effetto: perche estenuandosi le cose lente di sua natura fuor di modo, non possono per se stesse senza la grossezza augumentare la mole del corpo, ne manco empire alcuna sua cavità; le quali qualità & conditioni se ben sono ancora nelli vini, perche anch' essi nutriscono il corpo, nondimeno perche si conoscono più chiaramente nelle cose, che si mangiano, che in quelle, che si beuono, ho voluto inferire questa materia più in questo luogo, che nell' altro.

Quelle cose adunque, che si mangiano, si pigliano principalmente da gli animali, & dalle piante (& quiui è da sapere, che importa poco comprendere sotto di queste li tartusi, li fonghi, & altre simili cose, perche sono poche.) Per gli animali intenderemo hora da vna banda li terrestri, con li quali si mettono anco gli ucelli; & dall' altra li pesci, tra i quali vi sono poi quelli, che hanno l' vna natura, & l' altra. Per le piante, sotto le quali mettiamo ancor le herbe, si comprendono le radici, li fusti, li quali alcuni chiamano sparagi, foglie, fiori, frutti, & semi.

Dell' Herbe,

In qual modo le herbe sieno buone & cattive.

LE Herbe se si referiscono a gli animali bruti, sono di buon succo, perche communemente di quelle si pascono, si ingrassano, & in fatto

Quello, che nutrisce, ha del lento, & del grosso, & la causa perche.

L'effetto della grossezza; l'effetto del lentore.

Quelle cose, che si mangiano, si pigliano da gli animali, & dalle piante.

Come s'intendano gli animali.

Come s'intendano le piante.

in fatto per quelle struoua, che sono pieni di buon sangue. Ma se si referiscono a gli huomini, ne può nascere gran dubbio; percioche la maggior parte di quelli, che di continuo mangiano herbe, come fanno li bruti, non si nutriscono bene, ma male, & massime se per sorte mangiano solamente herbe. Per la qual cosa Galeno nel secondo de gli alimenti, & nel libro della bontà, & malitia de' succi, dice che tutte le herbe sono di cattiuo nutrimento, eccetto la lattuca. Ma se haueremo rispetto al sangue distemperato, portano sempre utile al corpo humano, con ridur gli humori alla buona, & natural temperatura: percioche alcune attenuando il sangue grosso, alcune rinfrescando il gran calore, alcune altre con l'ingrossar il troppo sottile, & altre nell' operar in altra maniera; si vede che non si conuertono tutte in cattiuo, ma in buon sangue, pur che però si mangino, & con il pane, & con gli altri buoni cibi. Per la qual cosa gli animali bruti, che di continuo desiderano d'empirsi il corpo di qualche cibo a loro conueniente, non sono simili all' huomo, ilquale con la sua diligenza si sa prouedere di gran copia, & di migliori cibi, & quando gli vien fatta, ne suol mangiare in gran quantità, cosa che spesso è causa di gran mali; ma il mangiar delle herbe difende alle volte l' huomo da questi pericoli, perche pigliate insieme con il pane, & con altri cibi, si come sono di poco nutrimento, così generano gran copia d'escrimenti: & a questo modo portano quest' utile, che con la sua quantità & mole riempiono lo stomaco, cosa che è desiderata da tutti gli animali, & questa pienezza non è causa d'alcun danno, ma solo di utile: perche dilatandosi il ventricolo per la copia di quel cibo preso con le herbe, li meati suoi parimente si aprono, & si dilatano; onde poi ne seguita, che facilmente il nutrimento, & il chilo passa per quelle parti per il mantenimento di tutto il corpo; doue che se lo stomaco non fosse così disteso, ma che cascasse sopra se stesso, li meati parimente in se stessi cascando si serrariano, nè per essi potria poi passare il chilo per nutrir il corpo: se anco lo stomaco fosse pieno di buon nutrimento, se bene ne seguissse il medesimo effetto buono della distensione, ne seguitaria però ancora quest' altro cattiuo, che quella quantità di nutrimento buono passerebbe alle vene, al fegato, & a gli altri membri; la qual saria poi in tanta copia, che soprauanzando al nutrimento di tutto il corpo, potria causar qualche putredine pericolosa, cosa che non può mai essere per mangiar gran quantità di herbe, le quali fanno bene quest' effetto di distender lo stomaco, ma poi per essere escrimentose sono cacciate dalla natura a i luoghi escrimentosi; & tanto più perche la

Dubbio che nasce se l'herbe si riferiscono a gli huomini.

Tutte le herbe sono di cattiuo nutrimento. Come le herbe possono essere vtili a l'huomo.

In qual modo le herbe generando poco nutrimento, & molti escrimenti portano utile a l'huomo.

Come lo stomaco deue star disteso.

Il danno che seguitaria se il ventricolo fosse pieno di nutrimento buono.

L'vtilità grande, che portano l'herbe, che sono in vito per mangiare.

che la maggior parte di quelle herbe, che sono in vito per mangiare, hanno queste buone qualità, che facilmente si smaltiscono, & si mandano fuori del corpo, prohibiscono la gran satietà, eccitano l'appetito a quelli, che le sogliono mangiare; oltre di questo riempiendo lo stomaco di quella sua gran mole, & quantità, lo difendono dalla fastidiosa satietà, & massime quando vi è pericolo, che il buon cibo preso in gran copia, non porti quel danno, che hauemo detto di sopra. Et per tal causa, & quelli, che digiunano, & quelli, che mangiano poco la mattina, a cena poi perche hanno grande appetito, mangiano l'insalata inanzi a gli altri cibi, accioche non si grauinino troppo.

Per qual causa si mangia l'insalata la sera, & l'vtilità, che ne nasce.

Del cauolo. Cap. II.

IL cauolo (come dice Catone) è antiposto a tutte le herbe, & in particolare a Roma, altre volte (come alcuni pensano) fu in gran stima, perche sempre è stato frequentato ne i cibi dalla maggior parte; onde forse è seguita l'vsanza, che è ancor adesso in Roma, & d'inuerno & d'estate benchè notabilmente riscaldi, si mette dalla maggior parte in tauola, perche si mangi. Il cauolo è diuiso da Catone, in tre specie: La prima è il cauolo volgare, che pare che sia hora nero, hora bianchiccio con le foglie distese, larghe, & lisce. La seconda non si può sapere qual sia, eccetto se forse fosse simile a quell'apio, ilqual (come dice Columella nel secondo libro) si fa per via dell'arte, & ha le foglie larghe, & crespe. Però il cauolo crespo de' nostri tempi, che volgarmente si chiama riccio, sarà forse la seconda specie di cauolo per hauer le foglie larghe, & crespe. La terza specie si potrà dire, che fosse quel cauolo nero, & piccolo di natura, ilqual da alcuni si chiama cauoletta. Vi sono anco altre specie di cauolo, le quali volgarmente si mangiano, cioè il cauolo tirsuto, il cauolo capuccio, & il cauolo Bolognese, perche è stato portato da Bologna, ilqual è grato al gusto, & tenero, & si mangia l'inuernata; il cauolo tirsuto si genera (se è vero quel che mette Columella) dal vecchio seme della rapa, & per il contrario, la rapa si genera dal vecchio seme del cauolo; cosa che è facile da credere, perche il cauolo tiene la natura della rapa, si come si vede dalla sua figura, come se fosse nato dal vecchio seme della rapa. Et questi dui, cioè il tirsuto, & il capuccio si trouano in ogni luogo, & l'estate, & l'inuerno, ma sono

tanto

Il cauolo si diuide in tre specie.

La prima specie.

La seconda specie.

La terza specie.

Nota altre specie di cauolo, cioè

Tirsuto.

Capuccio.

Bolognese.

Come si generi il cauolo.

Come si femini il rapo.

tanto peggiore de gli altri, quanto maggior è l'acrimonia del cauolo al tempo dell'estate, come dice Dioscoride.

Il cauolo è cattiuo all'estate.

Oltre di questo vi è il brocolo, qual è un germe di cauolo, che è la più delicata & più tenera parte di esso cauolo; & nasce circa al principio della primavera in quella parte, che prima è stata tagliata, come dice Plinio, nel lib. 19. li Greci, lo chiamano *νίμνα*, quasi che voglia-no che sia un parto d'esso cauolo; li Latini poi lo chiamano, & *Cimas*, & *Cimataz*; & questo nasce non solo nel cauolo, ma anco nel rafano, & in altre herbe assai, se ben è commune opinione, che questo vocabolo *Cima* non s'intenda se non del frutto del cauolo. Questa è la più soaua di tutte le parti del cauolo, hauendo rispetto alla proportione di quelle parti onde nasce; percioche è manco essiccataua, che non è l'istesso cauolo, come dice Galeno, nel secondo de gli alimenti, benchè il cauolo dell'altre herbe il più delle volte è d'un temperamento più secco; che non sono le foglie, & massime quando s'accosta al tempo, nel qual caccia fuori il seme. Però Dioscoride dice, che le cime del cauolo sono molto utili allo stomaco, ma hanno maggior acrimonia, & non sono più efficaci al prouocar l'orina; se queste medesime sono condite con il sale, portano poco vtilità allo stomaco, & intorbidano il ventre. Tra li cauoli il migliore è il crespo, ma tutti questi, perche l'estate hanno grand'acrimonia, & siccità, sono più sani l'inuerno, che l'estate; quel che ha sentito un poco di pruina è più soaua; & quel ch'è mal cotto è più vtile, che il ben cotto, perche questo stringe il corpo, & quello lo mollifica; & tanto più se questo sarà cotto più d'una volta, o almeno due sin tanto che è ben tenero, & questo si fa quando poi che è mezzo cotto, si getta la prima acqua, & vi se ne mette dell'altra calda, in maniera però che il cauolo non sia alterato nè da aere, nè da alcuna altra cosa fredda; perche se in altra maniera si cuocerà (si come molti hanno creduto) non si potrà mai intenerire; & il medesimo si può dire non solo di questa, ma di qualunque altra sorte d'herbe, & anco di legumi: & a questo modo ha virtù d'essicare, & di nettare, non solo preso per bocca, ma posto anco di fuori. Talche si come il suo succo ha possanza di purgare, così il resto della sua sostanza grossa per la causa delle cose, che essicano, più presto ha facoltà di stringere il corpo, che di prouocarlo. Galeno pensa, che questa herba habbia poco nutrimento, ma che però sia più humida, che la lenticchia, come che non sia cibo secco, ma molle, & fluuido, & di più che non genera buon succo, come fa la lattuca, ma cattiuo, & puzzolente; & benchè Hippocrate, nel libro delle passioni dica

Che cosa sia il broccolo.

Il broccolo nasce da altre herbe.

Il broccolo è la più suaua parte del cauolo.

Qual vtile, & qual danno portino li broccoli.

Tra li cauoli il crespo è il miglior.

Quel che ha sentito un poco di pruina è più suaua, & il malcotto è più sano, & per qual causa. In qual modo deue esser cotto il cauolo.

In qual modo il cauolo essicchi, & netti.

In qual modo il cauolo purga, & stringe il ventre.

Opinione di Galeno, intorno il cauolo.

Quel che dice Hippocrate del cauolo.

u. p. d. u. Bn.

καυλὸν ἔχει τὴν ἀσχυρῆντα ἐς τὸ διαχωρεῖν, & αἷμα ἐνχυμὸς, cioè il cauolo ha una certa acrimonia atta a mouer il corpo, & insieme (per dir nel Greco idioma, quel che non si può dire nel Latino) ἐνχυμὸς, cioè è d'un succo buono; nondimeno non è contrario a Galeno; perche Hippocrate non dice, ch'el cauolo sia di buon succo, cioè, che generi buon nutrimento, come alcuni a lui posteriori sogliono interpretare; ma ha detto, ch'è ἐνχυμὸς, cioè, eccellente nel sapore, & lodato ne cibi, si come Aristot. nel terzo della Generatione de gli animali, circa il fine, quando parla delle ostreghe dice: Διο καὶ πρὸς τὸ ἐδωδὸν ἔχει ἐνχυμὸν καὶ τὰς ἡγρὰς τῶν, cioè, per la qual cosa in questo tempo sono eccellenti nel sapore, & si lodano ne cibi. Vi sono alcuni ancora, che dicono, che il cauolo nutrice tanto, che conduce li putti più presto al suo accrescimento, & che rallegra il corpo con più felice nutrimento. Quanto poi spetta all'orina vn certo autor Greco ha detto, che la prouoca, ma Galeno dice, che il cauolo nè prouoca l'orina, nè la ritiene; ma che la lenticchia, & il cauolo essiccano con ugual misura, & per questo debilitano la vista, eccetto se forse tutto l'occhio sarà più humido di quel che comporta il naturale habito dell'huomo: & a questo modo forse sarà vero quel che Dioscoride dice, cioè, che presto ne cibi porta giouamento a quelli che tremano, & c'hanno la vista corta. Non mancano però anco alcuni li quali dicono assertiuamente, che semplicemente gioua assai per chiarir gli occhi, se con il succo suo mescolato con il mele Atheniese, si roccaranno a pena gli angoli suoi. E' opinione di tutti, che se sarà preso inanzi il cibo, ò bene, ò mal cotto che sia, gioua alla crapola, & caccia il nocumento dell'embriachezza. Poiche Androcide, che fu famoso saggio disse, ch'è contrario al vino, & che caccia l'embriachezza; & lo prouaua, perche la vite ancor che sia viua fugge l'odor del cauolo; onde forse n'è seguito il costume de gli Egittij, li quali sono grandi amatori di vino (come alcuni scriuono) che mangiauano il cauolo cotto inanzi a tutti li suoi cibi, accioche proibisca il nocumento del vino. Ma perche faccia questo effetto, sin' hora non s'è potuto intender da alcuno; pur se mi sarà lecito a inuestigar qualche causa, dirai che ciò procedesse: perche, si come il cauolo mentre che bolle, ouero che si conserua cotto dalla matina alla sera, si fa di cattiuo odore, & pu'zolente, & quasi che sà dell'odor de' piedi: così quando è entrato nello stomaco, ò bene, ò mal cotto che sia, manda da se li vapori, che pu'ziano, & molto ingrati all'huomo. Onde è cosa probabile, che la natura & forza del ceruello, che già è stata lesa, & offesa da vapori del cauolo, che sono saliti

alla

In qual modo Galeno non sia contrario a Hippocrate.

Quel che dica Aristot. di ostreghe.

Come le lenti, & li cauoli debilitano la vista.

In qual modo il cauolo gioua a quelli, che tremano, & c'hanno la vista corta.

Come il cauolo chiarisce la vista.

Il cauolo gioua alla crapola, & caccia il nocumento della embriachezza.

Opinion d'Androcide del cauolo. La vite fugge l'odor del cauolo. Per qual causa gli Egittij mangiauano il cauolo inanzi agli altri cibi.

Per qual causa il cauolo proibisce il nocumento del vino, & l'embriachezza.

alla testa inanzi a quelli del vino, come quella che schifa quanto può le cose tanto ingrati, & tanto moleste, fugge nel profondo della testa, & a questo modo è offesa poco da primi, & manco da secondi vapori.

Oltra di ciò mi vien nell'animo di dire vn'altra causa sopra questo effetto, cioè, se è vero che li corpi si constringano, & s'induriscino per tutte quelle cose, che gli offendono, & che i loro meati si condensino & si ferrino, si come dice Galeno, nel terzo del Met.) sarà anco necessario, che il ceruello insieme con le sue membrane sentendo il nocumento di questi pu'zolenti vapori, si ferri, & si constringa talmente, che li meati suoi essendo già ben chiusi, & ferrati, non possino più riceuere li vapori del vino, che sale alla testa, nè manco la sostanza di esso vino, onde poi non ne può seguire niissima embriachezza.

Oltra di questo è verisimile, che il ceruello sia offeso molto manco dal vino, & che l'huomo schifi il nocumento della crapola, & dell'embriachezza, col pigliar lo absintio, & le mandole amare, ò, simili altre cose, più che se pigliasse il cauolo, cosa che seguiria ò per l'amaritudine, ò per l'ingratitude sua; nè per questo si proibisse, ch'anco altre cose pigliate inanzi al vino, per altre cause, possano resistere all'embriachezza, come alcuni vogliono, che la lattuca habbia questa virtù, forse perche empie tanto la testa, che in quel tempo non lascia luogo alla penetratione del vino, nel modo che fa anco il cauolo, ilqual, per stare nella prima opinione, può fare il medesimo effetto, percioche (come ogni giorno prouiamo) empie il capo fuori di misura.

E' anco opinione d'alcuni, che il cauolo leui la crapola, perche ha in se vno succo dolce, & risolutiuo, & perche anco è freddo, ma si come questa opinione ha in se molte difficoltà, così giudico esser espediente a lassarla.

Hippocrate nel secondo della dieta, dice che scalda, che non moue il corpo, & purga gli humori biliosi: Dioscoride dice, che il suo decotto beuuto moue il corpo, & li mestru: vn certo autor Greco dice, che offende il polmone, ma che poi perde vna gran parte di questa lesione, se si cuoce con la carne grassa.

Non dirò adesso, che salda le ferite, se sopra esse sarà posto, che risana le male ulcere, le inflammationi indurate, & che con difficoltà si risoluono, le risipile, le pustule, dette da Greci epinitidi, & il foco seluaggio, detto in Greco herpete, & mali si fatti: perche il trattare di tutte queste cose passa li termini di questo mio libro, ne manco dirò, che curi la lepra con la sua facoltà astringente, & che le sue foglie abbrusciate

N facciano

I corpi si stringono per tutte quelle cose che gli offendono.

La lattuca empie la testa.

Vn'altra opinione del cauolo.

Quello che dice Hippocrate, & Dioscoride, del cauolo.

Il cauolo cotto con la carne grassa, non può portare tanto danno.

Altri vtili, che porta il cauolo.

facciano la cenere molto essiccante, & tanto che quasi acquistano la forza del fuoco, & di caustico, onde alcuni la compongono con la grassa vecchia, per ungerne li vecchi dolori di petto, & simili altri mali: perche vogliono, che questa compositione sia uno medicamento molto digestiuo. Dubito poi s'io debbia dire, ò non dire, che la sua herba si mangia, ò il suo succo si beue contra li veneni delli fonghi, & che quelli, che hanno mangiato li boleti, che sono fonghi più stimati, si liberano con questo rimedio, che il succo suo si dia con il vino nero per lo spazio di giorni quaranta, a quelli che hanno sparso il fele, & che patiscono di milza: che mitiga la tosse, che cotto faccia la voce chiara, che leni l'impedimento dell'arteria: onde quelli, che cercano d'hauer bona voce, spesso ne usano, che caccia li infogni, & le vigilie, che prouochi il sonno, che non lasci turbar il sonno, con le vane imaginationi, che se è mangiato crudo con la ruta, & con il coriandro è sopra tutti gli altri medicamenti rimedio efficacissimo contra il morbo articolare.

Ma è d'auuertire, che quelli che hanno la testa debile, & che viuono in otio, ò che sono dati a grandi pensieri, ò che hanno il corpo stitico, non deueno usare il cauolo, ne il suo brodo, eccetto, se per sorte il corpo se gli mouesse, perche spesse volte, & l'uno, & l'altro resta indigesto nello stomaco, cosa che si conosce manifestamente dalli rotti, che fanno quelli, che l'hanno preso: & con questo hauemo detto assai del cauolo, hora parliamo della lattuca.

A quali è dannoso, l'uso del cauolo.

Quando si può cedere il cauolo.

Della lattuca. Cap. III.

La qualità della lattuca, che si semina.

LA lattuca, che si semina, prima che mandi fuori il latte, rinfresca più che l'altra, e per questo è grata all'estate, leua il fastidio, che viene allo stomaco, ò per il gran caldo, ò per qualche putredine, eccita l'appetito, prohibisce l'embriachezza (come alcuni pensano) prouoca il sonno, li suoi vapori si condensano facilmente, come si può conoscere dal suo latte, con li quali, poiche è salita alto, costringe li spiriti, che vanno vagando per il ceruello, & appresso li condensa, gli indebilisce, & li rende poco atti al moto, & alla vigilia, si crede, che la lattuca, accresca il sangue, più che ogn'altra herba, & che per questo faccia abbondantia di latte: & perche è fredda, & humida smorza la sete, mollifica il corpo, ò almeno non lo stringe, facilmente si cuoce, & gioua a quelli, che hanno lo stomaco caldo: cotta a lessò è più efficace per nutrire

nutrire il corpo, perche si muta più facilmente nel ventre, gioua a quelli, che non possono contenere il cibo nello stomaco, ma bisogna mangiarla senza lauarla, anzi in quello modo, ch'è cauata da terra, perche forse è più saporita: se sarà mangiata troppo spesso, debilita il corpo, oscura la vista, sminuisse la possanza de gli appetiti venerei, & quasi del tutto li estingue, & questo fa, perche condensando li spiriti, che si moueno, & nel ceruello, & altroue (come di sopra hauemo detto) li rende quasi immobili, si dice che leua il nocumento, che nasce della mutatione delle acque, & che il suo succo beuuto in gran copia è venenoso, & che ammazza l'huomo, alcuni sono di parer, che quelli, che sputano sangue, che sospirano spesso, che sono flegmatici, & che vogliono attender a generare figliuoli, la schifino, & lascino, più che si può.

Quando la lattuca si deue mangiare senza lauarla.

Li danni, che porta la lattuca.

Della boragine.

LA boragine è stimata esser la bugolosa dalla maggior parte di quelli, che fanno professione di conoscer l'herbe, è vulgatissima, & quella è la migliore, le cui foglie hanno bonissimo odore, & che sono simile all'odore del mellone, questa è più grata nel cibo, & si stima, che posta nel vino sia causa d'allegrezza, & con l'odore così suauo, ristori le forze per la sua gran bontà, è posta ordinariamente ne' brodi delle viuande, cotta nell'acqua di mele, secondo Galeno, è conueniente a quelli, che hanno la tosse causata dall'asprezza delle fauci, secondo alcuni prouoca l'orina, leua la sete, genera buon sangue, porta aiuto a i melancolici, & a quelli, che si mancano d'animo: i loro cauoli crudi, & cotti aleffo, mangiati aiutano quelli, che patiscono di fegato, il suo fiore si mette sopra le insalate, ma se non è ben masticato in bocca, non si cuoce nello stomaco, & massime se sarà pituitoso, percioche ingiotito intiero, s'intabidisse da gli altri cibi, prima che si muti in altra forma, si come si può spesso vedere ne gli escrementi del corpo, la radice è mangiata l'inuernata, in cambio del foglio, quando per il freddo non se ne può hauere.

La boragine, & la bogoloia si stima esser vn'istessa herba.

Come si conosce la meglio. La virtù della boragine.

Il fiore della boragine non si cuoce nello stomaco, & perche.

Quando la sua radice si mangia.

Del biedone.

CREDESI che il biedone sia vn'herba di poco, ò niuno valore, per esser senza sapore, & senza acrimonia, & forse ha acquistato questo nome, perche li Greci intendono per βίτων quello che La-

ini chiamano stolido, & noi Italiani diremo sciocco, & volgarmente dice si biedone: è stimato humido, & acquoso, talmente, che (secondo Galeno) se non si mangia con l'aceto, è nocivo allo stomaco. Dioscoride dice, che non ha altra virtù in medicina, se non che fa il corpo lubrico: ma alcuni poi dicono, che ha gran possanza contra il cancro impiagato. Plinio dice, che beuto con il vino, gioua ne i morsi de' scorpioni, & applicato con aglio, gioua a i chiodi de' piedi, alla milza, & a i dolori di tempie. Anzi Hippocrate, nel secondo libro de' morbi delle donne, tenta con quello d'essicare il flusso della matrice, ma se non cessa, ordina, che con quest' herba, ouero con il sofino, si formi vno pessario di metterui sotto. Ma è di maraniglia, che l'istesso Hippocrate, nel secondo della dieta dice, che il biedone è caldo, & che non moue il corpo: ma sia come si voglia, chiara cosa è, che questa herba non è cibo di huomini civili, ma di contadini, & non si suole usare, se non quando mancano le altre herbe.

Le qualità del biedone.

Il biedone non è cibo da nobili.

Della bieta.

SI come li Greci hanno detto, che il biedone è totalmente senza sapore, così alcuni Latini, chiamano la bieta τῶπλον che vuol dire fatua, cioè insipida, onde il Poeta dice:

Vt sapiant fatue fabrorum praudia bete,
O quam sepe petet, vina piperq. coquus.

Li quat' versi volgarmente dicono:

Per far la bieta saporita al fuoco,
Chiederà spesso vino, & pepe il cuoco. Ouero
Acciò la bieta grata al gusto sia,
Chiederà il cuoco pepe, & maluasia.

Li Greci fanno ch'ella sia di due sorti, cioè nera, & bianca, & questa si chiama sicula, cioè siciliana, onde leuata la lettera u, quasi tutti li medici la chiamano sicla: dicono alcuni, che la nera stringe il corpo, & la bianca lo moue, & che ambidue hanno una virtù nitrosa, talche si come il Poeta ha antiposto con il suo giudicio la lepre a tutti gli animali di quattro piedi, & il tordo a tutti gli uccelli, così secondo il suo gusto ha detto, che la bieta è insipida sopra tutte le herbe, nuoce allo stomaco, se troppo se ne mangia, & è di poco nutrimento, & mangiata con aceto, gioua alle ostruzioni del fegato, & della milza. Vn certo auttor Greco ha detto, c'ha contrarie facultà, cioè, che il suo succo è caldo, che

prouoca

La bieta è di due sorti.

Perche vna d'esse si dice sicula.

Le qualità dell'vna & l'altra bieta.

prouoca il corpo, & causa sete: il corpo suo poi esser di grossa sostanza, flatuoso, & difficile da digerire, freddo, & che ferma il corpo, & tanto più se sarà cotta due volte (come hauemo detto del cauolo) per cioche nel cuocerla si consuma la qualità del nitro, che se gli attribuisse, & per ilquale moue il corpo: ma si come per il metter il cauolo nella botte si corrompe il sapor del vino, così se gli restituisse, co'l metterui dentro le foglie della bieta: la sua radice, la quale è longa, dritta, & carnosa, piace al gusto, non solo cotta, ma anco cruda, presa con l'altro cibo: alcuni poi pensano, che generi pituità per esser grossa, difficile da digerire, & piena di flati, & con tutto questo, che prouochi il corpo, & se sarà abbruscata, & composta con il mele, & messa sopra la testa d'alcuno al quale caschino li peli, ha virtù di ritener quelli, che non sono cascati. Menandro Greco dice, che la radice della bieta cotta sopra i carboni affocati, & poi mangiata smorza l'odor dell'aglio, ilqual sia prima stato mangiato d'alcuno.

Come la bieta rende al vino il sapore perso.

La qualità della sua radice.

Nota vno remedio contra il cascar de i peli.

Nota vn remedio contra l'odor dell'aglio.

Dell'atriplice.

L'Atriplice chiamata da Greci χρυσοδάχανον, & da Hippocrate ἀνδράφαξις, volgarmente si dice atriplice, trepese, & repese, non è in uso per cibo, se non appresso a' Poveri, & rare volte anco nella città, secondo Dioscoride, & Galeno mollifica il corpo, secondo Hippocrate poi è ben humida, ma non prouoca il corpo, si mette che sia di due sorti, cioè seluaggia, & domestica. Dicono che Pitagora la biasmò, perche si cuocesse con difficoltà, & perche tutto quello, che nelli horti vi fosse nato a canto, era di niun valore, & che poi Diocle mette, che molte infirmità si generano da questa herba, la quale non si deue cuocere, se prima non si muta la sua acqua molte volte, ch'è contraria allo stomaco, che genera lentigini, & pustule, si crede, che il suo seme beuto con l'acqua melata risani quelli alli quali è sparso il fiele in molta quantità, & se si mangia in grande abbondantia, prouoca notabilmente il vomito, & il corpo. Ma poiche Hippo. scriue, che questa herba non moue il corpo, & Galeno con Dioscoride dice il contrario, & Diocle dice, che genera molti mali, & che si deue cuocer con il mutar spesso l'acqua, & che per questo, è ragionevole a credere, che stringa il corpo, come fanno molte altre herbe, è meglio lasciarla mangiar a i contadini, che metterla tra i cibi della città di Roma, saluo se ve ne fosse grandissimo bisogno.

L'atriplice non è in vso tra i cibi.

Le qualità dell'atriplice.

L'atriplice è di due sorti. Pitagora la biasmò, & per qual causa.

Virtù dell'atriplice.

Discordia tra Hippocrate, & Galeno, sopra l'atriplice.

Della

Dello spinacio.

Qual herba sia lo spinacio.

ALCUNI vogliono, che lo spinacio sia specie d'atriplice, alcuni totalmente lo negano, & credono, che sia un' herba noua, alcuni lo chiamano atriplice spagnolo, come herba noua, & condotta da Spagna: se non si purga di quello superfluo humor, del qual è pieno, è causa di flatu, & prouoca il vomito, & per questo leuate quelle sottili radici capillari si cuoce commodamente senza acqua, come che, mentre che si cuoce, manda fuori gran copia di succo, & poi percosso con una virgoleta, & fatta l'espressione di quello copioso humore, si riforma in balle con le mani, & poi si frige nell'oglio: stringe in certo modo li labri, ma insieme ancor mollifica il corpo, da miglior nutrimento, che non fa l'atriplice, & da alcuni è giudicato, che sia tra quelle cose, che rinfrescano, & che humettano nel primo grado, ha facoltà di lauare, & di mondificare, di raffrenare la colera, & di giouare alla respirazione, al petto, & alla calidità del pulmone.

Come è malfano.

Come è sano.

Come si prepara acciò che sia bono da mangiare.

Le qualità del spinacio.

Del rumice.

E' OPINIONE che il rumice sia specie di lapato, si troua quasi per tutte le vigne, & volgarmente si chiama rumice di vigne: non si suol mangiare crudo, rapresenta non sò che dell'acido, lenisse il corpo, si stima che raffreni la colera, che gioui al trabocco del fiele, & che il suo seme stringa il corpo.

Le qualità del rumice.

Dell'acetosa.

ANCO l'acetosa si riferisce al lapato, è molto più acida, che il rumice, ma d'una acidità sincera, & semplice, cioè, che non ha in se parte alcuna d'acerbo, & questa è opinione di Galeno: è herba che piace cotta ne i cibi, ma piace molto più cruda nell'insalate, non ci è cosa che ad alcuni piaccia più all'estate, che quello suo sapore acido, chiamato bruschetto, nè ci è cosa, che rimetta più presto in esser l'appetito languido, moderatamente rinfresca, ha le medesime virtù, che ha il rumice, ma è tanto più eccellente, quanto è più grata al gusto.

Le qualità dell'acetosa.

Della

Della cicerbita.

LA cicerbita stringe, & rinfresca moderatamente (come dice Dioscoride) il suo succo dato a beuere mitiga li roscamenti dello stomaco, alcuni vogliono, che faccia abondantia di latte, le sue foglie si mangiano con il sale, & con l'aceto, la radice, si suole mangiare, & massime l'autunno, & l'inuernata, perche in quel tempo è molto più tenera.

Le qualità della cicerbita.

Della cicoria, cioè della condrilla.

QUESTA herba è di molte sorti, ma sia di qual sorte si voglia, perche sempre è tenera, si mangia d'ogni tempo nell'insalata, & cruda, & cotta, & tra queste si può mettere anco la condrilla, eccetto che è alquanto più amaretta, nel fine della primavera le sue cime sono più grate, che le foglie, stringe, rinfresca, & è accomodata allo stomaco. Dioscoride dice, che s'è cotta alessa, ferma il corpo, ma la sua acqua (secondo alcuni) lo solue, gioua alli disenterici, & a quelli, che per qualche causa morbosa hanno flusso di seme, quella che si troua all'estate, è migliore, quanto alle sue facoltà, ma quella d'inuernata, quanto è più bianca, tanto è peggiore.

La cicoria è di molte forti.

Le qualità della cicoria.

Nota il biasimo, che da questo autore alla cicoria bianca.

Dell'endiua.

L'ENDIUA ch'è compresa sotto la specie di cicoria, quando è imbiancata per il freddo dell'inuernata, perde quasi tutta la sua virtù, & si può chiamare cicoria morta, & benche rinfreschi, non ha però in se alcuna amaritudine, ne alcuna astringentia, si rompe molto più facilmente, che quando è verde, estingue meglio la sete, raffrena più presto l'appetito eccessiuo, è manco graue allo stomaco, come che empia bene più presto il ventre, ma poi tritata prima con gli denti, si conuerte in succo più acquoso, più leggiero, & in minor quantità.

L'endiua bianca perde la foauità.

Qualità dell'endiua bianca.

Della melissa.

IL melissofilo detto volgarmente melissa, cedronella, o citragine, si mette nell'insalate, secondo gli Arabi rallegra l'animo tristo, & conforta

Le qualità della melissa, cioè cedronella.

forta quelli che sono di poco animo, è di utile allo stomaco humido, & freddo, apre le ostruizioni del cervello, conforta la debilità del cuore, causata per hauere il sonno interrotto, caccia gli affanni, produce buoni, & piaceuoli insogni, se sarà presa inanti che si vada a dormire, porta tutte le vilità contrarie a i danni, che causa il cauolo.

Come fa gli effetti contrari al cauolo.

Del casalepori.

Qual herba sia il casalepori.

IL casalepori chiamato volgarmente cacciaepori, & terracrepoli, secondo alcuni è il gieracio minore, & secondo altri è specie di sonco: questa herba si dice, ch'è la stanza delle lepri, come alcuni vanno dicendo, perche sogliono fermarsi assai sotto le sue foglie, per difendersi dal caldo, onde non senza ragione, si chiama casa di lepri: inanti che il fusto cresca, & mentre che è tenera ha facoltà di rinfrescare, & di stringere alquanto, leua li roscamenti dello stomaco, & si mangia l'inuernata per insalata.

Perche si chiama casa di lepri.

Le qualità di questa herba.

Del rapunculo.

Le qualità del rapunculo.

QVELLI che pensano, che questa herba sia la rapa seluaggia, credono che non sia stato conosciuto da gli antichi, si mangia crudo & cotto: alcuni pensano, che faccia copia de latte, se si mangia con il pepe longo, ma perche non si piglia se non con la radice, per questo solo con difficoltà se cuoce, & causa dolore, ò qualche altro male a quelli c'hanno la testa debile.

Del dragonculo domestico.

Le qualità del dragonculo.

IL dragonculo domestico il qual è chiamato dragoncello è molto differente dal dracontio de gli antichi, ò dal dragonculo, ha però forza di scaldare, è acre di sapore, è in uso per far salsa: rappresenta alla lingua con il foglio, & con la radice il gusto di sale, & di aceto, è la più grata herba che si usi nelle insalate, tanto più perche non ha bisogno nè di sale, nè di aceto, come quello, che rappresenta il sapore dell'uno & dell'altro, come hauemo detto.

Dell'herba stella.

Le qualità dell'herba stella.

QUESTA herba è chiamata d'alcuni coronopo, si mangia nelle insalate, ha vno poco dell'astringente, alcuni pensano, che porti aiuto allo stomaco languido.

Del

Del finocchio.

IL finocchio scalda nel terzo grado, come si pensa Galeno, ma non esicca però tanto, empie le mamelle di latte, si cuoce tardi, da cattiuo nutrimento, il seme distemperato reintegra le forze dello stomaco, acquieta la nausea, è lodato per il polmone, & per il fezato, prouoca l'orina, ferma il corpo, in ogni modo che sia preso fa copia di seme, la radice ha quasi le medesime virtù, si mangia dopo pasto, sino tanto ch'è passato l'odore del vino, del pane, & de gli altri cibi già presi, se se ne piglia in maggior quantità è noioso allo stomaco, & di più non si può cuocere: ilche si conosce manifestamente da i rotti, che così spesso si fanno da quelli, che lo portano in bocca tutto il giorno, li quali hanno l'odore dell'istesso finocchio: alle volte causa sete, ma il più rende la bocca amara.

Le qualità del finocchio.

Le qualità della sua radice.

Quando si mangia il finocchio.

Quando il finocchio nuoce, & in qual modo.

Del finocchio marino.

IL crithmo si mangia al modo dell'altre herbe, si conserua crudo & cotto, & tanto più condito con sale, & aceto, per il medesimo effetto, gioua alle difficoltà dell'orina, a quelli che sono gialli, per l'oppilatione del fele, & per prouocare li menstrui.

Come si mangia il finocchio marino.

A quali sia di utile.

Dello smirnio, cioè del macerone.

LO smirnio è chiamato d'alcuni olusatro, volgarmente, si dice macerone, scalda, prouoca l'orina, gioua alle difficoltà dell'orina, le foglie si mangiano l'inverno, & la primavera, ma il fusto si mangia principalmente di primavera, & crudo, & cotto.

Le qualità del macerone.

Del fio, ouero del lauero.

IL fio dal vulgo hora si chiama cannea, hora lauarone, hora gorgolestro si mangia crudo, & cotto, prouoca l'orina, rompe li calcoli tene ri, & li caccia fuori, & gioua alla debilità de gli occhi.

Le qualità del fio.

Del sisimbrio, cioè del cresione.

IL sisimbrio acquatico, ilqual da gli antichi è chiamato Cardamina, hoggidi volgarmente si chiama cresione, nasce nelle riuie de fonti,

Le qualità del cresione.

O in

in compagnia del suo, è di odore, & di sapore simile al nasturtio domestico, riscalda, prouoca l'orina, risolve li flati, caccia li vermi, & si mangia verde nelle insalate.

Del basilico.

A che è bono, & a che è cattiuo il basilico.

L'OCIMO che dal vulgo è detto basilico, per condimento è assai grato, ma per cibo è pericoloso, & benchè mollifichi il corpo, (come dice Dioscoride) prouochi l'orina, & il latte: nondimeno se si prende in troppa quantità, conturba il sangue, & lo fa melancolico, & causa ventosità, noce alla chiarezza de gli occhi, & al fegato, ad alcuni è causa di pazzia, & fa dormire troppo, al fine con difficoltà si cuoce nello stomaco, e per questo Galeno ha detto, che non è utile a pigliarlo per bocca, perche genera cattiuo succo, & noce allo stomaco.

Dello asparago.

Le qualità dello asparago. Perche l'asparago faccia l'orina puzzolente.

L'ASPARAGO secondo Dioscoride, mollifica il corpo, prouoca l'orina, ma la fa puzzolente: ilche può essere, perche si corrompe, & si putrefa facilmente dall'altrui calore: putrefatto poi, è manifestamente di cattiuo odore: per la qual cosa, si come prouoca la natura a cacciarlo spesso fuori con la sua ingrata qualità; talche la parte grossa esce per il ventre, & la sottile, ch'è l'acquosa, per via dell'orina, così con il suo fetore rende l'orina puzzolente: onde si può credere, ch'è falso quello, che dice un' autor greco, che l'asparago nutrisse assai, & è in mezzo tra le carni, & herbe.

Come l'asparago non può nutrire assai.

Gli effetti boni, & cattiu del asparago, secondo alcuni.

Altri poi hanno detto, che l'asparago da utilissimo nutrimento allo stomaco, & che chiarisse la vista, gioua a i dolori del petto, & della schena, & a i vitij de gli intestini, prouoca gli appetiti veneri, & l'orina, ma che essulcera la vesica: altri hanno detto, che la sua radice causa sterilità nelle donne, & ne' maschi leua la virtù al seme di generare: altri hanno poi detto il contrario, cioè che accresce il seme, gioua al coito, & leua le difficoltà dell'ingrauidarsi. Ma qual di costoro dica il vero, non si può conoscere se non con l'esperienza: intanto è cosa più sicura, più presto guardarsi da quest'herba, che mangiarla.

Della eruca, cioè rucola.

Gli effetti della rucola.

LA rucola prouoca l'orina, gioua alla concoctione, è commoda al ventre, (come alcuni pensano) si mette utilmente nelle insalate,

te, & massime con la lattuca, è tanta la soauità sua nel condire le viuande, che li Greci la chiamano εὐζωμον, quasi che sia grata a i brodi: di mente d'Auicena genera latte, & se largamente si piglia cruda, incita il coito.

Della porcellana.

LA porcellana (come piace quasi a tutti) stringe, è in uso cruda nelle insalate, masticata, leua la stupidità de' denti causata da i cibi, è troppo acri, è troppo acerbi, rimette il gran caldo dello stomaco, & de gli intestini, & appresso acqueta il flusso, è utile alle ulcere delle reni, & della vesica, con emendare li difetti di quelle parti: proibisse l'impeto, & gli insogni delle cose veneree: è opinione che oscuri la vista. Leontino dice, che una delle sue foglie posta sotto la lingua di quelli, che hanno gran sete, smorza il desiderio di beuere.

Le qualità della porcellana.

Del nasturtio.

IL nasturtio dice si in Greco καρδαμὸν in volgare allegreto, è agretto, quando è verde, è molto più inferiore di forze al suo seme, per la mistura del humido acqueo, & in quel tempo non è ingrato nelle insalate: anzi alle volte ancora si mangia, come companatico, con il pane. Dicono, che li Persiani altre volte viuenuano di esso, accioche si deffendessero più dallo copioso sputo, & dal superfluo mocco delle narici, & dall'abbondante euacuatione dell'orina: alle quali erano anticamente molto soggetti, ma il troppo uso suo liquefa la carne, nuoce a i magri, & a i grassi non porta danno alcuno.

Le qualità del nasturtio.

Nota l'uso del nasturtio, appresso li Persiani.

Danni che porta il nasturtio.

Del petroselino.

IL volgar petroselino (come ogn'uno tiene) è l'apio domestico; il quale mangiato, è cotto, è crudo, prouoca l'orina, stringe il corpo, si cuoce con difficoltà, prouoca li rotti, graua la testa: & per questo forse si mescola con quelle cose, che leggeriscono il dolor di testa con il sonno: con una peculiare facoltà offende quelli, che patiscono il morbo comitale, è contrario alla chiarezza della vista, offende li testicoli: alcuni dicono, che li Greci lo proibiuano alle balie de i loro piccoli figliuoli, perche mangiandone, erano più inchinate alla libidine, & appresso, che estin-

Effetti del petroselino boni, & cattiu.

Perche si proibisce alle balie.

Perche non si portaua da gli antichi, nelli cibi.

Come il petroselinò fa bon fiato.

Per qual causa le donne impudiche lo tengano in bocca.

Differetia tra questa herba, & la sua radice.

guesse la generatione del latte nelle mamelle: per la qual cosa, Erifippo & Dionisio, non comportauano, che fosse portato, con li cibi: come che pensassero, che ciò fosse proibito, perche si portaua con le viuande, che si faceuano per li mortorij, & con esso si coronauano li sepolcri. Onde è nato quel prouerbio vecchio, che dice, che quelli c'hanno una disperata infirmità, hanno bisogno di quest'herba, laqual è poi oltra modo grata alla bocca, & allo stomaco, fa il fiato di soauo odore, & in coloro, che l'hanno corrotto l'exenda, & acconcia: & per questo le donne di partito, ne sogliono mangiare, accioche non si senta il veneno del suo cattiuo odore, & che il fiato suo sia più soauo: l'acqua nella qual è cotta quest'herba, è più diletteuole per beuer: la radice è più gagliarda, & è manco pericolosa dell'herba, quanto maggior virtù ha di nettare, come dice Galeno.

Dell'aneto.

Come l'aneto offende le reni. Effetti boni, & cattiuu dell'aneto.

L'aneto verde ha manco virtù del secco.

L'ANETO è in uso per li condimenti, alcuni dicono, che offende le reni. Dioscoride vuole, che il decotto dell'aneto già essiccato, s'è del seme, come dell'herba prouoca il sonno, & il latte, che mitiga le infiammationi, & li dolori di ventre, che ferma il ventre, & il vomito, che leua li signorzi, che oscura la vista, che essendo usato longo tempo, estingue la virtù genitale: ma è verisimile, che se sarà verde, ha uerà molto manco forza, di fare tutte queste cose: se bene per ventura potrà meglio prouocare il sonno, per l'humore c'ha anco in se.

Del serpillo.

Le qualità del serpillo.

LI contadini usano, il serpillo seluaggio in luogo di specie, ma li civili, & nobili lo pongono solamente nella salsa verde, perche a quel modo è molto grato. Non è bisogno scriuere in questo luogo che esso beuuto prouoca li mestrui, & l'orina, & che gioua a quelli, che dormono troppo, & che habbia molte altre virtù.

Del thimo.

Le qualità del thimo.

L'thimo è utile per condimento al tempo da la sanità, preso con il cibo, gioua a quelli c'hanno la uista debile, dissolue li pezzi di sangue congelato, leua li porri, & le ulcere, c'hanno il suo nome, cioè

di thimo, spurga li vitij del petto, caccia li vermi, prouoca l'orina, & li mestrui, mondifica tutte le viscere: quello c'ha il fiore bianco, è più stimato. Qual sia il meglio se thimo.

Della satureia.

L'thimbro ilqual si chiama cunila, & satureia, può fare le cose, che fa il thimo, pur che sia preso nel medesimo modo: & di più si usa con diletto, da quelli, che sono sani: ma se sarà preso in troppo quantità, & molto spesso, fa crescer li calcoli nelle reni, come dice un Greco Autore. Le qualità della satureia.

Dell'origano.

L'ORIGANO volgare posto sopra la alice piace molto: ma che possa poi fare questi effetti, che fa l'origano vero, o il tragorigano, non si è ancora potuto ben conoscere. Le qualità dell'origano.

Della maiorana.

L'fansucco, il quale volgarmente si chiama maiorana, gioua infinitamente a tutte le indispositioni fredde della testa, & de' nerui, corregge tutti li vitij del petto, che sono causa di difficile respiratione, è utile allo stomaco, tanto usata di dentro, quanto di fuori: gioua alli mali del fegato, & della milza, che sono senza febre: il suo decotto beuuto gioua al principio della hidropisia, nella difficoltà dell'orina, nelli dolori di corpo: ma principalmente si mette ne' brodi per farli più soauu. L'utile che dà la maiorana.

Della menta.

L'A menta Romana, la qual vogliono tutti, che sia la domestica, ha virtù di scaldare, di stringere, & di essiccare: gioua alle mamelle, lequali dopo il parto s'ingrossano, & s'ingrandiscono per la gran abbondantia del latte, quelli c'hanno lo stomaco uoto, la cuocemo con difficoltà, cosa che si conosce facilmente dal rotto, è molto accommodata a quelli c'hanno lo stomaco flegmatico, si mette in molte maniere ne i cibi per condimento, il suo odore ristora l'anima, & il sapore eccita l'appetito. La virtù della menta.

petito de i cibi. Alcuni dicono, che quest'herba posta in una ferita, proibisce, che non si risani, & che faccia la cicatrice. Alcuni anco dicono, che il latte nel qual sarà stata la menta, non si potrà condensare, ancora che vi si ponga dentro il quaglio, & per questo si mette nel latte che si beue, accioche non seguiti strangotamento alcuno dal latte quagliato. Molti dicono, che è incitatiua del coito: alcuni dicono tutto al contrario: ma questi parlano del fine, & quelli del principio: per cioche può essere, che nel principio prouochi al coito: ma poi nel fine può impedire la generatione, & resistere a quell'atto, si come fa con il latte, ilqual per causa sua non si può quagliare, & a quel modo liquefa anco il seme, come dice Hippocrate, onde nasce, che l'huomo resta debile fiacco, & magro.

Della faluia.

SI dice, che la faluia manifestamente scalda, leggermente stringe, & che vale a tutte le dispositioni fredde della testa, & gioua tanto beuuta, quanto applicata di fuori, a tutti li dolori articolari, a quelli che patiscono il mal caduco, alli troppo sonnachiosi, alli stupidi, alli paralitici, a i catarri flegmatici, & a tutti li vitij del petto: prouoca li mestrui, che tardano a venire, non solo beuuta in decotto, ma anco facendone profumo di fuori, delle foglie sue prima essicate alquanto: dicono poi anco, che ferma li copiosi mestrui.

Se si beue, porta utile a quelle donne grauide, che facilmente si sconciarano, perche ritiene, & da fortezza alla creatura, c'hanno nel ventre: gioua a quelli, che sputano sangue, li suoi fiori conditi con il zucchero, vagliono a tutto quello, che vale l'herba, la quale in somma è gioueuole a molte cose, ma particolarmente a far le donne feconde.

Lasso di dire, che posta nel vino causa embriachezza, come dice vn Auctor Greco, perche questo non è chiaro a tutti: oltre di ciò Hippocrate ha detto, ch'è secca, & che ferma il corpo. Dioscoride poi ha detto, che il decotto delle sue foglie, & rami si beue per prouocare l'orina, li mestrui, & il parto, che troppo tarda a venire, che dà aiuto a quelli, che sono morsicati dalla pastinaca marina, che fa neri li capelli, gioua alle ferite, & al flusso del sangue, purga le ulcere ostinate, & leua lo prurito delle parti genitali, se con essa saranno lauate.

Del

Del cerfoglio commune.

QUESTA herba è dolce, acra, & odorata, ma leggermente se sarà posta con l'altre herbe, porta seco allegria.

Del primula veris, cioè bellis, o primo fiore.

LE foglie di questa herba fresca, prese, o nell'insalata, o nel brodo delle carni, (come alcuni vogliono) fanno il corpo lubrico, si dubita se giouano alle rotture, alli tumori della gola, alle ferite del petto, alla paralisa, alla sciatica, alle inflammationi de i membri genitati, alle brozze della bocca, & della lingua: però si come il trattare questo non fa il proposito per il presente nostro negocio: così ne lassarò parlare a quelli, c'hanno prouato coteste cose.

Della pimpinella.

SI mette nelle insalatte, pare c'habbia vn poco di lentore, & di legier astritione, & che proibisca il flusso delli mestrui, & della dissenteria, raffrena li vomiti biliosi, sana le ferite, & le ulcere, & si stima che gioua a le febrì contagiose, & pestilenti.

Del lupulo.

IL lupulo il qual vogliono alcuni che sia il lupulo salittario di Plinio, è di due sorti, cioè domestico, & seluaggio, questo nasce da se, nelle siepi, & ne i luoghi doue sono frutti, quell'altro nasce (poiche è seminato) nelle campagne aperte (come alcuni scriuono) li torfi dell'vno, & dell'altro cotti alessi piacciono al palato, si mangiano in insalatta, purificano il sangue, mollificano il ventre, & aprono le ostruizioni.

Del capparo.

IL Capparo (come dice Dioscoride) conturba il ventre, causa sete, nuoce allo stomaco, offende le reni, & la vesica (come dice vn Auctor Greco) ma in particolare gioua alla milza, la scorza della sua radice netta, purga, taglia, digerisce, tira a se, condensa, constringe, prouoca il

La menta non la fa condensar il latte.

Come la menta sia & non sia incitatiua del coito.

L'utile che porta la faluia.

Come la faluia gioua alle donne grauide.

Come la faluia fa le donne feconde.

La virtù della faluia, secondo Hippocrate, & Dioscoride.

Le qualità della herba primo fiore.

A quali cose sia utile la pimpinella.

Il lupulo è di due sorti, doue nasce, & a che sia buono.

Il danno che porta il capparo. L'utile che porta il capparo.

ca li mēstrui, & l'orina, alle volte caua dal ventre gli humori sanguinolenti, apre le ostruccioni, alcuni mangiano li suoi germogli teneri, come si fa quelli del Terebinto, le foglie, li fiori, & li frutti si conseruano con l'aceto per insalata, per le quali si eccita l'appetito, le forze sue sono simili a quelle della radice, ma alquanto più debili.

Della lattucheta.

La qualità della lattucheta.

LA lattucheta, ouero lattuchella si crede che sia specie di verronica, se ben si considerano il seme, & li fiori, si troua più di primauera che d'altro tempo, veramente sin' adesso non s'è trouato, ch'ella habbia particolare qualità, che possa o giouare, o nuocere: pare al gusto della maggior parte, che sia dolce, si mette nelle insalate.

Della fenape.

Qualità delli germogli della fenape.

Quest' herba caccia fuori certi germoglietti, li quali quando sono teneri, si mangiano nell'insalate, come li sparagi, questi sono di pochissimo nutrimento, hanno vno poco di acrimonia, ma poi sono più humididi che non è il seme, prouocano l'orina, incitano al coito, in somma hanno le medesime virtù, c'ha il seme, ma più debili: il seme ha virtù di scaldare, di estenuare, di tirar in fuori: masticato, tenuto, & voltato spesso in bocca fa sputar assai, ridotto in poluere, & applicato alle narici, fa starnutare, gioua al morbo comitralo, eccita, & sveglia le donne che cascano per le prefocazioni matricali, causa sete, & prouoca al coito, si fa vno succo del seme anco verde, il qual composto con l'acqua di mele, si gargarizza con grande utilità, contra l'inflammationi della gola, & contra le vecchie & callose asprezze della grossa arteria, gioua applicato con mele alla debilità de gli occhi, & alla asprezza delle guancie: dice però vn' Auctor Greco, che il seme nuoce al capo, & al fegato caldi: di questo seme con l'vna nera, & mosto cotto si fa la mostarda, la quale prouoca l'appetito, salta subito alla testa, ponge le narici, & prouoca le lacrime.

Le qualità del suo seme.

Qualità del succo cauato dal suo seme verde.

Come si faccia la mostarda.

Della malua.

Anticamente la malua si feminaua, & come era in vso, qual hora è eccliatò del tutto.

GLi Antichi seminauano quasi in ogni luogo la malua nelli horti, nel modo che si seminauano le altre herbe, & mangiauano le sue

sue foglie cotte con oglio, sale, & acqua: questa vsanza è del tutto cessata, perche le foglie se si lassano così cotte, si fanno subito rancide, & sono causa di nausea: però accioche non se venga a questo, hanno da esser mal cotte, & presto, & subito bisogna mangiarle: & il medesimo si ha da fare con li suoi germogli. Ma è anco d'auuertire, che l'vno e l'altro s'hanno da mangiare inanti pasto, perche mollificano il ventre, resistono a i veneni mortiferi, giouano al petto, al pulmone, & alla vesica, & rischiarano la voce rauca, prouocano il latte alle femine, ma però nuociono allo stomaco, perche rilassano.

Come hora si vfa la malua.

Quando la malua si mangia, & qual vtile porti.

Delle radici.

SIN' HORA hauemo parlato delle piante, inquanto sono nel numero delle herbe: è tempo, che parliamo delle loro parti, & prima tratteremo delle radici, come quelle delle quali pare, che nascano le herbe.

Le radici adunque in generale, perche sono sode, & con difficoltà se liquefanno, con difficoltà ancora si nuoceno, ma alcuna più, alcuna manco: onde perche si fermano nello stomaco più di quello, che conuicene, causano flatì, perche forse anco hanno virtù di generarli, nutriscono assai, in questo modo, cioè, che mantengono lo stomaco vn pezzo satollo, senza molestia, quando gli fa dibisogno di nutrirsi poco: ma se spesso, & in gran copia se ne mangiarà, causano grauezza, & dolor di testa: ilquale non così facilmente si può leuare, perche mandano la sù molti vapori grossi, & sodi, come si può conoscere dalli frequenti rotti, che fanno quelli, che così spesso ne mangiano.

Le radici con difficoltà si cuoceno.

Come nociono a mangiarne assai. Come le radici nutriscono assai. Come il dolor di testa causato dalle radici si leua con difficoltà, & perche.

Della cipolla, & della scalogna.

LA cipolla scalda, è fuocosa, ha forza di gonfiare, & di rosicare, causa sete, presa vna o due volte in abundantia, produce dolor di testa, ma se sarà presa più spesso, partecipa il vitio suo anco nella milza, non da quasi nutrimento alcuno all'huomo, perche essendo il suo succo copioso, acre, & pungente, non è riceuuto dalli membri, & più presto rifiutato, per la qual cosa non nutrisse, anzi liquefa, esce per il ventre, & per il viaggio esicca, & rende il corpo languido, & per questo non è bona per li debili, ma per li gagliardi: quando eccita l'appetito, sminuisse li fastidij dello stomaco, che vengono quasi da pienezza,

Le qualità della cipolla.

Per qual causa non da nutrimento alcuno.

Per qual causa non è bona a i debili, ma più presto alla robusti.

L'utile che porta la cipolla cotta, & cruda. Per qual causa la scalogna habbia questo nome.

za, prouoca l'orina, da aiuto al seme genitale, & se è cotta, è manco cattiuu, & così è utile all'asprezza del petto, & alla tosse, la scalogna così detta per una città di Giudea detta scalone: si crede da molti, che sia specie di cipolla.

Dell'aglio.

Come l'aglio genera flatu, & come li risolue.

L'AGLIO ha facoltà di generar flatu, & per questo empie il corpo di flatu da se stesso, & della sua sostanza: ma perche scalda, risolue poi la ventosità generata fuori di se, rompe l'acutezza della vista: ma risana poi la vista indebolita per il troppo humido, distrugge la ventosità, che esce per le parti d'abbasso, caccia li vermi, turba il ventre, essicca lo stomaco, & per questo causa sete: ma altrimenti (secondo Galeno) non causa sete: anzi secondo un'Auttor Greco, con una certa propria qualità smorza la sete, nata da humor salso.

Altre qualità dell'aglio: Come caufi, & non caufi sere.

È utile contra la mutatione delle acque, se è cotto a lessò lassa ogni malitia, fa le fauci più atte a produrre la voce chiara, mitiga la tosse vecchia, prouoca l'orina, è contra li veneni, offende le donne grauide, & che lattano, prouoca li mestrui, quando è spesso in uso ne i luoghi, & Città calde, è di danno: ma ne' luoghi freddi, non è mal sano.

L'aglio cotto non è cattiuo, & qual utile porti.

A quali sia di danno.

Del porro.

Danni che da il porro.

IL porro gonfia, è di mal succo, & è causa di graui, & trauagliosi infogni, estenua, noce alle piaghe delle reni, & della vesica: il suo continuo uso fa la vista più debile, noce allo stomaco, causa dolor di testa, prouoca l'orina, & li mestrui, mollifica il corpo, leua li rotti acidi: se sarà cotto a lessò una volta o due, & poi sommerso nell'acqua fredda, si fa dolce, & manco inflatiuo, stimula il ventre, preso pian piano co'l mele in forma d'elettuario, leua li diffetti del petto: è meglio a mangiarlo dopò gli altri cibi.

Vtili che porta il porro.

Come si fa dolce & di manco flatu.

Quando si deui mangiare il porro.

Della rapa.

L'effetto che fa la rapa in noi.

LA radice della rapa cotta a lessò nutrisce, & gonfia, & genera una carne humida, & fluida, lenisce le fauci, & il petto, mangiata spesso, genera grosso humore, empie fuor di modo, & in fretza il fegato, nè ferma, nè prouoca il ventre, le sue cime si mangiano cotte a lessò, & prouocano l'orina.

Del

Del rafano.

LA radice chiamata in Greco *ραφανίς* cioè rafano, scalda, genera flatu, & è grata alla bocca, è poi contraria allo stomaco, genera rotti, prouoca l'orina, & li mestrui, & fa li sensi acuti, noce a i denti alla voce, & all'aspera arteria, fa la voce rauca, & accresce il dolore a quelli, che patiscono il morbo articolare, quasi sempre si mangia cruda, ma cotta si fa dolce, & serue in cambio del nauone, cotta a lessò si mangia utilmente per cacciar la tosse vecchia, & per tagliar gli humori grossi, che sono cressuti nel petto: se alcuno hauerà consideratione a i rotti puzzolenti, ch'essa fa, farà giudicio, che sia di facile corrottione: ma se poi si considererà, che con difficoltà si cuoce, si giudicherà, ch'è di difficile corrottione, moue il ventre, ma bisogna pigliarla dopò gli altri cibi, perche a questo modo gioua più alla digestione: & questa è opinione di Dioscor. & di Auicena dopò lui, se è presa inanti, fa stare sopra di se il cibo: ma Galeo, ilqual non consente a questa opinione, & più presto è di contrario parere, schernisse questo detto. Talche l'esperienza sola può decidere qual di loro dica la verità. Ma l'armoraccio è molto più acre, & hà maggior facoltà di scaldare, & di prouocare l'orina, è molto caldo, & più difficilmente si cuoce.

Qualità del rafano.

Vtili & danni, che porta il rafano.

La sua radice cotta si fa dolce, & a quali sia utile.

Come possa esser di facile, & difficili le corrottione.

Se il rafano si deue prendere inanti o dopò il cibo.

Opinione di Dioscoride d'auicena, & di Galeno, sopra di ciò.

Qualità del ramaraccio.

Del nauone.

LA radice del nauone, il quale in Greco si chiama *βενδις* gonfia ancora bollita, & nutrisce poco, il suo seme beuuto è contrario a i veneni mortiferi: vi sono più sorti di nauoni, ma il bianco, & il giallo sono qua in maggior uso: il giallo ancor che sia più grosso, & per il color sia più riguardeuole, spesso però è più insipido, & manco grato al gusto: nondimeno se l'uno, & l'altro sarà cotto con il brodo di carne grassa, riescono sommamente grati, questo satia più che la rapa, & è più incitatiuo alle cose veneree.

La qualità, & la virtù del nauone.

Sono più sorti di nauoni. Il giallo è manco bono, che il bianco.

Del raponzolo.

QUELLI che ripongono il raponzolo nel numero delle radici, farà bene, che mettano sotto questo capo le cose, che hanemo detto di lui disopra, quando si trattana delle herbe.

P 2 Della

Della pastinaca.

Qualità della pastinaca, & come si cuoce.

LA radice della pastinaca prouoca l'orina, & incita al coito: la domestica è più in uso tra i cibi, che la seluaggia: si cuoce prima con l'acqua, poi si frige, & poi si mangia con l'agliata.

Della radice del cardo.

LI contadini al tempo della quaresima portano in volta per vendere una certa radice bianca, con il nome di cardo, ma simile alla pastinaca, & ambidue si mangiano ad un istesso modo: talche forse anchora hanno la medesima virtù.

Della cariota.

Qualità della cariota.

LA cariota è rossa, & rossigna, quella cotta a lessò si mangia in insalata: questa si cuoce con il brodo grasso, come si fa la rapa, piace più cotta, che cruda: l'una & l'altra genera flatì, & nutrisse meno, che la rapa, & anco più difficilmente si cuoce, prouoca però l'orina.

Del cefaglione.

Che cosa sia il cefaglione.

Facoltà del cefaglione.

L cefaglione è una specie di palma, anzi più presto uno certo germoglio, ilqual si troua appresso la radice a guisa di balla, ilqual da alcuni è chiamato cerebro, & si crede, che prouochi l'huomo al coito: questo è in qualche stima, perche è di ornamento alle tauole delli ricchi, è antiposto al carcioffo, perche è più incitativo al coito secondo l'opinione di alcuni, & si da dopò gli altri cibi.

Delli tartuffoli.

Il tartuffo è duro da digerire.

Le facoltà sue.

LI tartuffoli ancor che sempre siano senza foglie, & senza fusto, è però cosa conueniente a metterli nel numero delle radici, per la grande simiglianza, c'hanno con esse, si mangiano crudi, & cotti: ma in tutti doi li modi si cuoceno nello stomaco con difficoltà, & molto più se si mangiano così semplici, & senza alcuno liquore, generano flato, stimolano al coito, nociono allo stomaco, granano la testa, & causano melan-

melancolia, & se l'huomo ne mangia troppo spesso, sogliono produrre il morbo comitiale, apoplezia, & paralizia.

Delli asparagi.

HA V E M O detto assai delle radici, seguitano certi cauoli piccioli, chiamati volgarmente sparagi, li quali si pigliano dal caulo, dalla cicoria, dal vero & particolare asparago, da i lupuli, dalla senape, dalla malua, dalla rapa, & dal rafano: di questi se n'è detto a bastanza nel trattato delle herbe, & delle radici. Hora restano quelli piccioli cauoli, che nascono dall'una & l'altra brionia, dal rusco, & da certi germogli, che nascono ne canneti, & si chiamano pesi di canneti, li quali tutti representano una specie de' sparagi. Ma bisogna prima auuertire, che tutti questi piccioli cauoli, per hauer in se un certo lentore, possono facilmente mouer il corpo: ma se insieme con questo lentore vi sarà congiunta qualche qualità acre, & amara, la quale però non sia tanto intensa, che impedisca, che non si possano mangiare, tanto più il corpo si mouerà, quanto più vehemente sarà quella qualità hauendo però sempre rispetto, al nutrimento che possono dare.

Da qual herba si pigliano li sparagi in commune.

Nota vn'altra sorte di sparagi in commune.

Come & per qual causa questi sparagi mouono il corpo.

De gli asparagi della brionia.

PE R O' li germogli cotti della brionia bianca, & nera, la qual da Latini si dice una taminia: della bianca prouocano il ventre, & l'orina: della nera prouocano li mestruai, & l'orina, sminuiscono la milza, & sono accommodati per quelli, che patiscono vertigine, morbo comitiale, & palalizia.

Li effetti delli asparagi della brionia bianca, & nera.

Delli germogli del rusco.

LI germogli piccoli, & teneri del rusco, si mangiano in cambio delli veri asparagi, nel modo che si mangiano l'herbe, hanno una certa amarezza, & prouocano l'orina.

Li effetti dello asparago del rusco.

Del pesse del canneto.

Q V E S T O è un germoglio dell'equiseto, ilqual è la coda di cavallo, & stringe troppo il corpo, la plebe lo mangia, con l'agliata,

Le qualità dello asparago del pesse di canneto.

za, ò altra cosa tale, al tempo della quaresima, cotto prima aleffo, & poi fritto, il suo uso è pericoloso.

Della ferula.

Le qualità della ferula.

IL torfo, & il primo germoglio della ferula, ilqual da alcuni è chiamato corcolo, altri lo chiamano ouo; è mangiato da persone assai: ma il torfo, secondo Dioscoride, causa dolor di testa: il germoglio poi (si come dicono alcuni moderni) è gratissimo al gusto, & è potentissimo rimedio a prouocar l'huomo alle cose veneree.

Delli fiori. Cap. IIII.

Quali fiori sono in uso.

Che li fiori non si cuoceno se nò cò difficoltà, & perche.

Le qualità delli fiori.

LA ragione vole, che hormai dichiariamo li fiori, li frutti, & li semi: tra i fiori adunque, che sono in uso, si mettono quelli di cicoria, di saluia, di rosmarino, di boragine, & di bugolossa: questi per hauer la figura di foglie, & per esser lisci, si cuoceno con difficoltà nello stomaco: eccetto se prima saranno ben tritati con li denti, perche attaccati con quello humore lento, ilqual sempre si troua nello stomaco, iui come indomiti si fermano longo tempo, come si vede, che fanno anco di fuori, se si mettono con l'acqua calda in qualche vaso, perche iui ancor non si possono disfare, ma solamente se infracidiscono, si crede c'habbiano la virtù di quelle herbe onde nascono.

Delli frutti in generale. Cap. V.

Diuisione delli frutti.

Frutti horarij, & non horarij. Quali siano li horarij.

Quali siano li non horarij.

Q VASI tutti li frutti acquistano la sua perfezione ò d'estate, ò d'autunno: di quelli che l'acquistano all'estate, alcuni si corrompono tardi, alcuni presto: di quelli, che l'acquistano d'autunno, alcuni si liquefanno assai, & presto, alcuni molto manco, & quelli si chiamano frutti horarij, & questi frutti non horarij: tra gli horarij adunque metteremo per adesso, le cirase, le fraghe, li mori, & le armo- niache, le precochie, le chrisomele, li persichi, le prugne, li fichi, li melloni, le angurie, l'vua, & altri simili. Tra quelli poi che non sono horarij, si metterà l'vua spina, li peri, li pomi, li cotogni, li pomi granati, le nespole, le sorbe, le cornole, li aza-

li azaroli, le zucche, li cocomeri, le oliue, li limoni, li cedri, li pomi aranci, le melangiane, le giugiole, le carobbe, il carchioffo (si come alcuni vogliono.) Tutti questi frutti dell'una sorte, & l'altra graua- no lo stomaco, con la sua quantità: questi perche difficilmente si disfa- no, quelli perche si putrefano, & più presto, & in maggior grado, di quello che richieda la natura dell'huomo: talmente che possono a pena spesse volte nutrire: però se presto non scendono al basso a gli intestini, restano nello stomaco, se gli fanno molesti, & di peso: oltre di que- sto tutti quelli, che sono duri da digerire, sono contrarij allo stomaco, quando è pieno, come li codogni, peri, & pomi, appresso quasi tutti sono diletteuoli al gusto, & eccitano l'appetito: però non è bene a man- giarne, in questo caso, più spesso di quello, che si mangia l'altro cibo, perche questi sono spesso causa di gran pienezza, la quale può poi pro- dur molti altri mali. Et di più tutti li frutti, & massime gli horarij, quando si mangiano con altri cibi, ò prima ò dopoi che siano presi: spes- se volte si vomitano, più presto in ultimo, che dipoi, quando però oc- corre a vomitare, non perche siano graui (come alcuni si pensano) perche se così fosse, ancor altri cibi più graui, fariano il medesimo ef- fetto (ilche però non accade.) Ma perche essendo tanto desiderati so- no ancora ritenuti dalla natura, & non si vomitano, se non per grande violentia, come accade anco de gli altri cibi, che sono delicatissimi, pro- uocano la natura ad abbracciarli, per tutte le vie, con la loro dolcezza, & soauità: ma quando poi per qualche violenza, ò impeto, si caccia- no fuori, insieme con le altre cose, perche la natura allettata dalla loro soauità, gli abbraccia, & quasi ostinatamente li ritiene, non si vomita- no inanti, ma dopò gli altri cibi.

Il danno che por- tano tutti questi frutti, & per qual causa.

Nota di quell' frutti horarij, che si vomitano dopò il cibo.

Per qual causali frutti horarij si vomitano dopò il cibo.

Delli frutti, che presto fuggono. Cap. VI.

LI frutti chiamati horarij, perche si putrefano facilmente per la sua grande humidità, & per il calor del Sole, mangiati, si corrompono più, & più presto nello stomaco, che non comporta la natu- rale concottione dell'huomo: onde accade che, ò che con la sua putrefat- tione prouocano la natura a far troppo presta espulsione per il ventre, ò che se forse si ritengono nel corpo, oltre che si sente per essa vna nota- bile grauezza, è prima necessario, che con il suo molto uapore caldo ac- quisato dalla presta putredine, inalzino, & gonfino il ventricolo, & poi

Li frutti horarij presto si corrompono.

Il danno che seguita da quella cor- ruttione.

poi che mandando quello uapore alle parti supreme, empiano la testa fuori di modo, & di più, che portino gran lesione a gli occhi, li quali patiscono, & più & più presto che ogni altro membro della testa. Di questi che prouocano il corpo, li freschi fanno più tale effetto, che quelli che già sono inuecchiati: & li maturi più che li acerbi: & quelli che sono colti con la rugiata, che li seccati: percioche la rugiata non solo viene dalla terra, ma ancora scende, colla, & stilla in particolare fuori del corpo di questi frutti, & poi & l'uno, & l'altro condensato sopra la loro superficie per il freddo, che regna la mattina, al tempo dell'estate, in si tratiene, & se quello frutto ha virtù di mollificare il corpo, si rende anco più efficace a produr questo effetto, quanto maggiore quantità di rugiata è congiunta seco, come sono le prugne, & li fichi.

Quali sono quelli frutti, che più prouocano il ventre. L'effetto della rugiata.

Quando s'hanno da coglier li frutti che non si deono metter nell'acqua fresca.

Il danno che nasce dal mangiare troppo frutti.

L'utile che nasce dal mangiarne poco.

Quando si mangiano troppo frutti.

Come si misura la quantità delli frutti che s'hanno da mangiare.

A quali siano di danno li frutti, & per qual ragione. Perché li frutti si diffondono per tutto il corpo.

Et per questo s'hanno da cogliere la mattina per tempo inanti al leuare del Sole, nè è bene a metterli nell'acqua fredda, poco inanti che si mangino, come si suole fare, perché quell'acqua oltre che leua la rugiata, che vi era sopra, rende li frutti più insipidi (si come si può ogni giorno prouare con li fichi.)

Oltra di questo, il mangiare spesso volte frutti, & in gran copia, contamina il corpo di cattiuo nutrimento, & lo rende facile a patire delle febrì: ma il mangiarne in poca quantità, oltre che noce manco, ristora anco l'appetito per il vero nutrimento, & all' hora l'huomo pecca in pigliarne troppo spesso, quando perpetuamente ne uole in ogni pasto: l'error che si commette in quantità, è quando è molto maggior la copia delli frutti, che non è quella del cibo, che si mangia ordinariamente, & più errano quelli, che non mangiano quasi cosa alcuna di bono, & si riempiono di frutti.

La quantità de' frutti sarà parca, se si leuarà tanto dell'ordinaria misura del cibo, quanto sarà la quantità di quelli frutti, c'hauerà da pigliare: li quali però nè grauiamo, nè gonfiamo lo stomaco, & benché questa regola non si possa insegnare se non con l'esperientia: nondimeno dirò per essemplio, che si debbia leuar la quarta, o la quinta, o al più, la sesta parte del cibo, & pigliare in suo luogo tanta quantità di frutti.

Bisogna anco sapere, che li frutti sono di gran danno a quelli c'hanno molta sete (ancor che altri pensino altrimenti) percioche il lor cattiuo, & vitioso succo, si diffonde presto, per tutto il corpo: & questo nasce non solo perché la sete causa un appetito di tirare a se gran copia d'humore, ma anco perché la natura in quelli tempi appetisse li frutti, li quali

li quali poi subito putrefatti, o che danno molestia al corpo, con quel loro calore contrario al naturale, o che dando, o poco, o nissuno nutrimento, rendono subito il corpo languido, & debile.

Oltra di questo è meglio a mangiare questa sorte di frutti inanti, che dopo il cibo, perché presi inanti, con la loro acrimonia, o qualche altra simile qualità, acquistata dalla presta putrefattione, incitano la natura all'espulsione: onde per questo scendono più presto a gli intestini. Per il contrario poi presi dopo gli altri cibi, oltre che, per esser tanto desiderati dalla natura, se ne piglia spesso tanta quantità, ch'è necessario, che ne nasca una pienezza grande, tanto più perché il loro grato sapore suole inuitare gli huomini a mangiarne, ancora che non vi sia fame alcuna: ne nasce anco un effetto peggiore, che, mentre che si fermano di sopra, corrompono gli altri cibi posti sotto di loro, cosa che se spesso accade, fa che il corpo si assuefa a non nutrirsi, o che acquista qualche mala disposizione, & in ultimo può farsi l'huomo ettico.

Et benché alcuni proibiscano affatto l'uso delli frutti, come quelli, che così facilmente si corrompano: nondimeno perché la natura nostra vi è tanto inchinata, che molti non potendone hauere, ne hanno sentito grande lesione, & per questo bisogna alle volte fare a suo modo, sarà utile trouar una regola per la qual l'huomo sappia mangiare li frutti con utilità, o almeno con manco danno che si può.

È adunque necessario, che li frutti si pigliano o inanti al cibo, o con il cibo, o dopo il cibo. Pigliandoli inanti, & che presto mouano il corpo, si pigliano sicuramente: se si pigliano con li cibi, & che parimente mouano il corpo, parimente non possono fare mal alcuno: se poi si pigliano dopo li altri cibi, ma in poca quantità, & appresso che si scerni tanto del cibo sodo, che si pigliaria senza li frutti, quanta è la quantità, che si piglia de i frutti: in quel caso è quasi impossibile, che possa portare danno, percioche il loro cattiuo humore non si può tirare dalle vene, che già sono ripiene del primo nutrimento, & forse anco con l'aiuto della sua parte corrottibile, cacciando abbasso alquanto più presto, che non faria, quel poco escremento, che si genera ordinariamente dal vero nutrimento, spesso volte al tempo debito prouoca l'appetito, per esser quella espulsione mediocre, per mezzo della qual il corpo si espurga.

Tra le altre cose però è d'auuertire, ch'è meglio pigliarli nel principio del pasto con altri cibi, & massime con il pane, che inanti un pezzo, o molto dopo, perché a questo modo la loro corrottione più facilmente si contempera, così dice Hippocrate, nel terzo della dieta, quando dice

2 βέλτιον

Per qual causa si deono mangiare inanti il cibo.

Il danno che seguita dal mangiare troppo di questi frutti dopo gli altri cibi.

Nota un altro effetto peggiore.

Nota di quelli che proibiscono li frutti.

Come si deono conceder li frutti.

Quando si pigliano li frutti, & non portano danno.

Quando li frutti horarij si possono pigliare dopo gli altri cibi.

Quando portano utile pochi dopo pasto.

Che questi frutti si deono pigliare subito inanti il cibo, con il pane, & perché.

βέλτιον οὐδ' ὀπωρῶν ἀπέχεσθαι εἰς χρωτό τις μετα ἡσυχίας χρο-
μενος ἢ τις ἐν ἐξαρπύσει, cioè è meglio astenersi da i frutti, ma se al-
cuno ne vuole pur mangiare, non farà errore, se li pigliarà con al-
tri cibi.

Quando è utile a
beuer dopo que-
sti frutti, & quan-
do è di danno.

Ma a beuer poi sopra li frutti horarij, alle volte è di poco utile, &
spesso è di danno: è di utile perche sogliono alle volte smorzar la sete:
è poi di danno, quando li frutti accrescono la sete: ilche accade quando
si putrefano inanzi il tempo. Ma se ò per la longa consuetudine, ò
per qualche altra causa, l'huomo è sforzato a beuer, è molto meglio, ò
compire il pasto del tutto, ò almeno mangiare qualche altra cosa di più,
che subito beuer dopo li frutti, perche beuendo subito, il vino distri-
buisse a tutto il corpo il suo succo puro, & netto, che di sua natura è
mal sano: ma se si mangia prima qualche cosa di bono, quello succo pri-
ma che passi alli membri, & a i meati, è già stato contemperato dalla
bona qualità del cibo, preso dopo loro.

Per qual causa nõ
si deue beuer do-
po questi frutti.

Se si deue beuer
acqua ò vino do-
po questi frutti.

Per qual ragione
si deue beuer ac-
qua.

Per qual ragione
si deue beuer vi-
no.

Nota delli fichi,
che si desfano nel
l'acqua, & s'indu-
riscono nel vino.

Alcuni dubitano se è meglio beuer acqua ò vino, quando si sono
mangiati li frutti separati d'altri cibi, ilqual dubbio è da determina-
re più con l'esperienza, che con la ragione. Percioche s'hauemo conside-
ratione al calor del Sole, ilqual al tempo dell'estate è causa in essi di gran-
de alteratione, l'acqua parerà molto più al proposito in questo caso,
perche rinfresca quello si grande calore: ma se considereremo la loro
facilità alla putredine, faremo electione di vino, ilqual li fa duri, &
li diffende più longo tempo della putrefattione, come si vede per espe-
riencia nelli fichi freschi, li quali con l'acqua si desfano, & con il vino
s'induriscono.

Hor incominciaremo prima da i frutti chiamati horarij, con li qua-
li se forse in questo discorso mescoleremo qualche sorte di quelli, che non
sono horarij, non vorrei, che alcuno giudicasse, che per questo l'opera no-
stra fosse disordinata, ma ne desse la colpa, più presto ad alcune cose,
che se gli mettono in mezzo, per accidente.

Delle cirafe.

L'utile che porta-
no le cirafe.

LE cirafe così dolci, come acide, lubrificano il corpo, quelle più, &
queste meno: se sono sicche, lo fermano, ma quelle manco, &
queste più, sono utili allo stomaco, quelle, perche eccitano l'appetito,
queste sì per il medesimo, sì anco perche contemperano il cattiuo humo-
re, che spesso si troua nello stomaco, ilqual in alcuni è la colera.

Delle

Delle fraghe.

LE fraghe da alcuni si chiamano more di herbe, ò fraghe di herbe,
ò di campagna, comparate alle more, che nascono su le piante: al-
cuni pensano, che siano li frutti del rouo Ideo, alcuni che siano
li frutti dell'herba cinque foglie: quelli pensano così per una certa
simiglianza, questi per propria fantasia: percioche l'herba dalla
qual nascono, è spesso di cinque, ma di tre foglie: non si troua
che gli antichi gli habbiano assignato alcuna facoltà, ben si può
dire, che presto si corrompono, & per questo si mangiano con mag-
gior utilità con il vino, perche fa la loro sostanza più soda, & probi-
bisse, che non così presto si corrompono, altrimenti presto si fanno aci-
de: se se ne mangia in molta copia, accendono la febre, ma modera-
tamente smorzano la sete, giouano allo stomaco eccitando l'appetito, se
si pigliano inanti pasto, pure & senza altra compositione, prouocano
il ventre, & questo accade perche facilmente si corrompono.

Che cosa siano le
fraghe.

Gli antichi nõ ne
parlano.

Perche si mangia-
no con il vino.
L'utile, & danno,
che portano le fra-
ghe.

Delle more.

LE more di arbore così bianche, come nere, se sono acerbe stringo-
no il corpo, se sono mature lo mollificano: ma se non escono dal
corpo, offendono graueamente la testa, si corrompono facilmente, prouo-
cano l'orina: ilche forse fanno, perche hauendo in se tanto succo, sono
tirate presto, & in gran copia alle vene, le quali poi mentre che quello
humore si corrompe, si sforzano di cacciarlo fuori per via dell'orina,
più presto, & inanti che sia tirato, & consumato dalle altre parti del
corpo: le nere le quali sono più soauì, perche si fanno dolci con una
certa austerità, (cosa ch'è particolare a quello frutto) smorzano la
sete, reprimono il gran calore, prese in copia danno fastidio allo
stomaco.

L'effetto che fan-
no le more.

Nota delle more
nere.

Delle more seluagge.

IL frutto del rouo seguita le vere more, se non per il tempo, almeno
per la simiglianza della figura, stringe alquanto quando è me-
zo maturo, ferma il ventre, ma poco meno, che ben maturo è accom-
modato per li medicamenti della bocca: quando poi è ben maturo, non
dispiace al gusto, & prouoca l'orina.

L'effetto, che fan-
no le more seluag-
gie.

2 2 Delle

Delle precochie armeniache, & crisomele.

Le qualità delle precochie, armeniache, & crisomele.

TVTTI questi frutti sono quasi d'una medesima natura, & sono differenti tra se solamente secondo il più, & il meno: sono molto simili alli persichi, ciascuno di essi nutrisse manco, ma sono più utili allo stomaco, (si come Dioscoride si pensò) quelle c'hanno la polpa più leggiera, più rara; & più secca; si smaltiscono con più difficoltà: alcuni hanno dubitato se questi frutti si corrompono più facilmente, che il persico; ma chiara cosa è, che le cose humide si corrompono più presto, che le secche.

Del persico.

Il persico è differente dal perseo.

La differentia che è tra li persichi duracci, & che s'aprono.

La qualità d'ambidoi.

Li danni che portano ambidoi.

Quando stringono il corpo.
Per qual causa li duracci si mangiano dopo pasto.

Nota delli nocipersichi.

L persico è molto differente dal perseo, ilqual in Persia è venenoso, & in Egitto si dice ch'è salubre: alcuni si chiamano duracchi, alcuni s'aprono facilmente: & tra questi, è una differentia d'importanza, quelli si conservano più lungo tempo incorotti; questi facilmente si putrefanno: quelli quando sono nello stomaco, con facilità si fanno acidi, & questi non così presto: per la qual cosa quelli sono manco; & questi sono molto più nociui. L'una & l'altra sorte ha soave, & grato odore, con ilqual alcuni hanno pensato, che possano correger il puzzor del fiato, & anco resister alle passioni, & mancamenti del cuore, ambedue offendono li nerui, se spesso se ne mangia, (& questo forse accade per la sua acidità) per la qual cosa composte con le cose acide sono di maggiore nocumento, se sono mangiate in gran copia, & spesso eccitano le febre: se sono mature, lubrificano il corpo, ma acerbe lo stringono, (si come dice Dioscoride) se poi sono secche molto più lo stringono: infuse nel vino resistono più alla putredine, perche si fanno di sostanza più soda. Per la qual cosa non è marauiglià, se li persichi duracchi ben bagnati nel vino hauendo prima da se una sostanza più soda, la qual solidità se gli accresce anco per il vino, non si mettono in tauola tra li primi cibi, ma tra gli ultimi, con qualche utilità, si come ancora quelli, che sono conditi con il zucchero. Quelli che si chiamano nocipersichi hanno la polpa più dura, hanno miglior odore, più difficilmente si corrompono, & si nuociono, nè sono tanto soani al gusto.

Delle

Delle brugne,

LE brugne mature, & fresche lubrificano il corpo, ma seccate, & che prima non siano bene humettate, lo stringono, ma è d'auvertire, che non bisogna humettarle con il vino, (come sin bora quasi tutti hanno fatto) ma con l'acqua, perche il vino le fa ferme, & sode, (come già ho detto) & l'acqua le fa molli, & lubriche. Le Damascene sono più commode allo stomaco, perche hanno in se manco succo; le altre tutte quanto più succo hanno, tanto manco utili sono, & per il contrario quanto manco succo hanno, tanto più utili sono: & è cosa chiara, che bisogna pigliarle inanti alli altri cibi: il ricercare poi di quanto tempo prima hanno d'esser prese, & se ha d'esser poco, è assai il tempo prima che si mangi altro cibo, è più presto cosa da curioso, che da medico ragioncuole.

L'effetto delle brugne mature, & secche.

Che il vino le fa secche, & l'acqua humide.
La causa perche le damascene sono più utili.

Quando s'hanno da pigliare.

Delli fichi.

TVTTI li fichi maturi, & freschi, per il latte, che sempre hanno seco, scaldano, ma è più, è meno: lubrificano facilmente il ventre molle, ma con uno poco di difficoltà lubrificano quello, ch'è duro; se mouono il corpo a pena si sente il loro calore, ma se non lo mouono, non solo accendono il calore, ma ancora prouocano il sudore, & le broggie per il corpo.

La causa perche li fichi scaldano, & nota del suo latte, lubrificano il corpo, & il danno che portano se non lo lubrificano.

Quelli che nascono prima in mezo dell'estate, si maturano presto, salvo se in quel tempo pionerà assai, rare volte sono sani, anzi per il più sono cattiuu, perche pigliano in se più caldo, di quello che la natura non comporta. Per la qual cosa scaldano fuor di modo, & massime se se ne prende in copia grande, & fanno il corpo facile a patir febre, & così ancora quelli che nascono il mese d'Agosto, inanti che piona, sono molto caldi, & mal sani: li secchi sono molto caldi, & mouono il corpo, ma quanto manco lo mouono, tanto più riscaldano; empiono il ventre di flati, & purgano le reni, come alcuni pensano, leuata la scorza sottile di fuori: se spesso, & in copia si mangiaranno, generano pidocchi, nociono al fegato, & alla milza, & oscurano la vista.

Li fichi di meza estate sono mal sani, & perche.

Quando li fichi d'Agosto sono mal sani.

Li fichi secchi mouono il ventre, & quando sono caldi.

Effetti delli fichi secchi boni, & cattiuu.

Molti dubitano se s'ha da beuer vino, o acqua sopra i fichi, ma è molto meglio non beuer cosa alcuna, perche hanno in se molta humidità, ma poi che l'huomo haucrà pigliato la maggior parte del suo cibo, potrà be-

Se dopo li fichi si deue beuer vino, o acqua.

Meglio è subito
non beuer cosa al-
cuna, ma bene a
mezo il pasto, per
che subito si deue
beuer acqua, &
non vino.

trà beuer, d'acqua, d'vino, d'l'vno, & l'altro insieme, se poi alcuno vorrà pur beuer subito dopò i fichi, è molto meglio beuer vn pocheto d'acqua, che vino: perciocche struggendosi loro facilmente con l'acqua, come già hauemo detto, & facendosi più duri con il vino, scendono più facilmente a gli intestini inferiori, cosa che non si può desiderare la migliore in essi.

Della zucca.

L'ANGURIA, & li melloni seguitano: ma è necessario interporre alcune cose della zucca, & del cocomero, li quali non sono frutti horarij, perche la cognitione di questi darà gran luce alla cognitione di quelli altri.

Varia figura della
zucca.
La longa, & sot-
tile.

La zucca adunque è d'longa, d'ritonda, d'corta: la longa, & sottile, ne i cibi, è più grata: ma si come gioua a mangiarla cotta, così noce à mangiarla cruda, si cuoce senza danno, purchè però non si corrompa prima che si cuocia: da inquanto a se, nutrimento freddo, & humido, ma poco, queta la sete, si condisse utilmente con l'origano, con la senape, con il zaferano, con il pepe, & con simili altre cose: anzi quando è molto tenera, se sarà prima cotta nell'acqua, poi leuatali la scorza, & nel fine condita con oglio, sale, & aceto, è sommamente grata a persone assai, in luogo d'insalata.

La qualità della
zucca.
Come si condisse.

Come si mangia
in loco d'insalata.

Li danni che por-
ta la zucca.

Vn certo Autor Greco dice, che offende li flegmatici, & quelli che sono soggetti alli dolori colici, & che raffrena l'appetito di Venere, & che sminuisse il seme genitale. Alcuni hanno pensato, che lubrichi il ventre: ma perche si rompe facilmente, & non ha in se lentore alcuno, non è da credere, che possa fare questo effetto, per se stessa, ma prouocarà forse la natura all'espulsione, d'con la sua gran quantità, d'perche sarà in qualche modo putrefatta.

Utilità che porta
la zucca.

In qual modo pos-
sa lubrificare il ven-
tre.

Nota le qualità
delle zucche, che
si chiamano ma-
gine.

Le Zucche forastiere, le quali poco fa sono state condotte in Italia, & che sono chiamate d'alcuni Zucche Indiane, hanno la figura di melloni, come se fossero melloni garbi: ma alcune sono grandi, alcune piccole, alcune mediocri, alcune poi sono lunghe, alcune tonde, & tutte di varij colori: il sapore suo ha alquanto del dolce, nè è tanto insipido, come quello delle nostre: quanto più tempo durano, tanto più difficilmente si cuociono, & tanto manco si smaltiscono: & quanto più sono di rara & di leggier sostanza, la qual si possa facilmente ridur in poca mole, tanto più difficilmente escono dal corpo, & si smaltiscono.

Del

Del cocomero.

LI cocomeri li quali alcuni vogliono, che siano li cocomeri di Dioscoride, sono pieni di succo viscoso, & freddo, & con molta difficoltà si cuoceno, vi corre molto tempo prima ch'escano dallo stomaco verso le parti da basso: alcuni vogliono, che cò'l suo odore ristorino quelli, che sono stramortiti, per il gran caldo: se sono mangiati in gran quantità generano humori cattiuu, & qualche volta ancora febre lunghe.

Le qualità del co-
comero.
Vtile, & danno,
che porta il coco-
mero.

Del cocomero volgare, cioè dell'anguria.

ALCUNI hanno pensato, che l'anguria, chiamata in Roma cocomero fosse totalmente incognita alli antichi Greci, ella smorza la sete, & leua l'aridità dalla lingua, il suo frequente uso è però pericoloso, perciocche si conuertè facilmente in succo acquoso, il quale se si scotrarà in vno, che per ordinario sia sobrio, perche questi tali hanno anco lo stomaco vacuo, & netto, si caccia tra le sue tuniche, si come fa l'oglio dentro in vno panno di lana, & il più delle volte produce certi dolori lenti, che alcuni chiamano sordi, la quale indisposizione non si può leuare senza gran difficoltà, & fatica. Ma se lo stomaco sarà più pieno, porta manco pericolo, perche in questi tali si diffonde spesso per la via dell'orina: se poi sarà ritenuto nelle vene, sarà causa di certi horrori straordinarij, d'vna qualche fastidiosa stracchezza, d'vna difficile, & lunga febre, & finalmente, come molti hanno scritto, con difficoltà grande si distribuisce per il corpo, sminuisse il seme, & il desiderio del coito, è poi opinione quì in Roma, che il suo succo spesso beuuto, gioua a quelli, c'hanno la febre ardente.

Vtile, che porta
l'anguria.

Perche porti poi
danno.

Nota particolar-
mente il danno,
che porta il molto
vso dell'anguria.

A quali non può
portare questo da-
no.

Quando poi porti
altri danni.

Delli melloni. Cap. VII.

E'GRAN dubbio fra i studiosi delle cose rustiche, quali fossero anticamente li melloni. Che siano li cocomeri, accomodati con grande artificio, si come le angurie s'accomodano con lo istesso modo, dalle Zucche, lo lasciarò giudicare da altri: dirò bene, che quelli, che sono più odorati, & c'hanno il piede più grosso, & al peso sono più gra-

Dubbio, che cosa
fossero li melloni
anticamente.

Come si conosco-
no li melloni me-
gliori.

ui,

Danno che portano li meloni.

Quando portano poco danno.

Per qual causa finorano li desiderij del coito.

Quando causano febre.

Come se ne deue mangiare poca quantità, & più d'altri cibi sodi.

Si denono mangiare cibi sodi dopoi li meloni, & massime se sono delli più duri, che sempre sono più stimati, & per qual ragione.

Che non si deue beuere dopoi li meloni, ma beuendo, il vino, è miglior dell'acqua & perche.

Perche causa il vino fa tanto buono dopoi li meloni.

Vi' altra ragione per la quale si deue beuere più presto vino, che acqua, dopoi li meloni.

Per qual causa il seme del melone prouochi l'orina.

ni, sempre sono stimati più eletti, quasi tutti questi piacciono sommamente a ogn'vno, nondimeno sogliono prouocare il vomito, & portare gran danno al corpo, con la sua veloce putrefazione: & per questo quanto più presto si smaltiscono, tanto meno danno possono portare: con la sua parte sottile prouocano l'orina, con la grossa il ventre, talche danno pochissimo nutrimento, & perche si corrompono più presto di quello, che conuiene, & nello stomaco, & nelle vene, diuentano subito troppo inimici alla natura. Per la qual cosa, si come li grossi escrementi si cacciano fuori per il ventre, & li sottili per l'orina, così questi humori fatti troppo graui alla natura, ouero anco forse mordaci per la loro putredine, escono dal corpo per le medesime strade, prima, che si possano conuertire in nutrimento: & per questa causa, se se ne piglia in gran copia, smorzano li desiderij del coito, come molti dicono, perche nutriscono poco, & generano poco seme, il quale si fa dal buono nutrimento: se poi accaderà, che qualche persona sobria ne mangi con pigliare poco, o niente di altri cibi, facilmente questi tali cascarano in febre. Talche per fuggire questo pericolo, bisogna pigliarne poca quantità, & molto maggiore delli cibi sodi, come di carne, & di pane, accioche cacciati al basso dal maggiore, & più graue cibo, col fermarsi poco nel corpo, siano spinti presto alle vie dell'escrezione. Finalmente non bisogna mangiare cibi leggieri sopra questi frutti, massime quando saranno di sostanza dura, quale suole essere in essi più stimata, percioche non scendendo essi così facilmente per la sua durezza dallo stomaco a gli intestini, è pericolo, che mangiando dipoi cose leggiere, lo stomaco non sia sforzato a scaricarsi di questa molestia, per via del vomito: perilche, è cosa più sana pigliare prima li meloni, & poi mangiare carni, o qualche altra sorte di cibo graue, ilquale possa spingere abbasso con il suo peso la disobbediente polpa delli meloni.

Il beuer dopò questi spesso è di poco utile, anzi è di danno: ma se pure l'huomo è forzato a beuere, sarà meglio a beuer vino, che acqua, perche piace più alla natura, poiche questi frutti non fanno impressione alcuna nel passare, per la loro flussibile sostanza, nella lingua, anzi più presto meglio la mondificano, & gli lassano il senso del gusto più intiero: onde accade, che il vino pare sempre più saporito dopò questi frutti: & però è meglio a beuere vino, che acqua, tanto più perche consolida la sua sostanza, & la difende dalla putredine, cosa, che non può fare l'acqua.

Il suo seme poi gioua alli calcoli, & prouoca l'orina, ma ciò fa, non perche

perche si corrompa presto, come hauemo detto della lor polpa: ma perche tutti li semi hanno li spiriti molto sottili, li quali, si come inalzano la terra in maggior ampiezza, così agitano, gonfiano, & distendono gli humori dentro delle vene, li quali poi, come quelli, che ricercano maggior luogo, sono cacciati alla via dell'orina, quasi, che cerchino d'uscire dal corpo.

Dell'vua. Cap. VIII.

L'VVA acerba, che volgarmente si chiama agresta, stringe assai, ma se è cotta stringe meno, è difficile da digerire, & cotta, facile, quella stringe il ventre, questa perche nel cuocerla si fa dolce, con una certa leggier astrittione, moderatamente rilassa: nè l'vna, nè l'altra guasta il gusto del vino, contra quello, che fa l'vua matura; percioche stringendo moderatamente, lascia quasi secco, intiero, & puro l'instromento del gusto, l'estate è utile, & diletteuole allo stomaco, il suo succo essiccato o dal fuoco, o dal Sole, è molto più astringente, rinfresca con la sua acidità, nè penetra molto al profondo, nè manco per questo proibisce il gusto del vino, come fa l'aceto. & benchè il beuer del vino sommamente piaccia dopò l'insalata, nondimeno, se non ha poca acqua in se, o che sia ben potente, non se ne può apena sentire gusto alcuno, che piaccia per l'impressione lassata dell'aceto: ma l'vua matura & fresca, turba il ventre, & massime, se se ne prende in quantità, gonfia lo stomaco, quella, che è stata appiccata un pezzo, è alquanto più sana, eccita l'appetito, & per ciò è accommodata, & utile allo stomaco.

La duraccia chiamata pergolea difficilmente si cuoce, offende molto lo stomaco delle persone sobrie, & che digiunano perche è di sostanza molto soda, presa in poca quantità con le cose arrostate, si come piace al gusto, così non porta danno alcuno, l'vua passa bianca, perche spesso è più austera, stringe anco più, che la nera, & la sua carne gioua alle fauci, & alla vesica.

Hauemo trattato di quelli frutti, che da noi si chiamano horarij, è tempo di trattare di quelli, che non sono horarij.

Dell'vua spina.

L'VVA spina, o crispina, si stima, che non fosse conosciuta da gli antichi, nel mese di Maggio, & di Giugno inanti, che maturi è

R molto

L'agresta stringe, ma cotta stringe manco.

Altra qualità dell'agresta.

Quando l'agresta è più utile.

Perche il vino non piace dopò l'insalata.

Danno, che apporta l'vua matura.

L'utile, che apporta l'vua appiccata.

La qualità dell'vua pergolea.

Le qualità dell'vua passa bianca.

L'vua spina non fu conosciuta da gli antichi.

Qualità dell'vua spina.

molto grata allo stomaco, nelle vinande, mentre, che è verde, & di sapore acido, stringe, come fa l'agresta, quando si fa matura, acquista vn poco del dolcetto, & vn color pallido, ma è manco grata al gusto.

Delli peri.

Qualità delli peri.

Li peri mangiati con il pane, & con il cascio, sono di qualche vtile, & perche.

Si cuociono cō difficoltà.

Quali fossero li moscaroli apprefso gli antichi. Danno, che portano li peri.

LI peri presi a digiuno, nociono quasi tutti, stringono, fermano il ventre, mangiansi dopò pasto con il pane, & con il cascio, da quelli, che ne mangiano, sono di qualche vtile, perche dal cascio acquistano vn certo lentore, che non gli è di danno, per essere molto fragili, ma si cuociono con difficoltà: quelli che si chiamano moscaroli, che forse furono detti superbi dalli antichi, si come si corrompono più facilmente, così anco con manco fatica si cuociono, in somma l'uso di tutti li peri è molto pericoloso a quelli, che patiscono li dolori colici.

Delli pomi.

Diuisione delli pomi quanto al sapore.

Quando si deuono cogliere li pomi, che durano.

Qualità delli pomi.

Qualità d'alcuni pomi.

Quando s'hanno da mangiare li pomi.

Come facciano perdere la memoria.

Sono vtili a quelli, che tramortiscono per mancamento di cuore.

LI pomi, li quali da Greci furono chiamati μήλα, alcuni sono acidi, alcuni dolci, alcuni stanno in mezzo di questi dui sapori, ò che più, & meno sono austeri, alcuni sono totalmente insipidi, li quali s'hanno da lassare, come inutili affatto, gli altri non si deuono cogliere prima, che maturino, sopra le loro piante, altrimenti sono duri da digerire, & freddi, sono tardi al penetrare, & danno pessimo nutrimento; ma quelli, che sono ben maturi, & che si conseruano nell'inuerno, & anco nella primavera, sono molto migliori, tutti hanno forza di rinfrescare, nutriscono poco: all'autunno sono più cattui, che l'inuernata, perche all'hora sono assai ben maturi: gli austeri, & gli astringenti giouano allo stomaco, & fermano il ventre: gli acidi racconciano l'appetito, & sminuiscono il calore, ma gonfiano alquanto, & nuociono a i nerui: li dolci si distribuiscono assai meglio, & si stima, che conferiscano a i melancolici, & a i pleuritici: bisogna mangiarli tutti dopò pasto, perche a questo modo confortano il ventricolo, & sono di grande aiuto a quelli, che hanno infastidio il cibo, & che sono tardi a fare la concottione nello stomaco, & che sono molestati dal vomito, dalla diarrhea, & dalla disenteria: vn certo Autore ha detto, che fanno perder la memoria a quelli, i quali ne sogliono spesso mangiare tanti, finche si satiano, & forse questo accade perche giouano a i melancolici, sono vtili anco a quelli, che per mancamento dell'animo, quasi tramortiscono, & per debilità di cuore.

Che

Che poi li pomi apij siano li meli meli di Dioscoride, & li rosei siano gli epirotici, & appresso alli Latini, gli orbiculati, mi pare, che se ne possa fare qualche discorso, ma non già affermare, & stabilire cosa alcuna di certo.

Delli pomi cotogni.

LI cotogni hanno virtù astringente, & sono composti d'una sostanza solida, & dura, & essalano odor grato con vna certa aridità, per la prima qualità confortano lo stomaco humido, & rilassato, perche tirano a se tutto quell'humore, alquale s'attaccano: per la seconda fermano il ventre, perche cuocendosi con difficoltà, quando sono scesi nel fondo dello stomaco, & postisi in mezzo a gli altri humori, che fanno il ventre lubrico, non così facilmente gli cedono, ma bisogna prenderli inanti pasto. Per la terza, sono contrarij alli veneni humidi, & corrottiui.

Che poi mouano il ventre, se sono presi dopò pasto, si dice ben quasi da tutti, ma non si sa ancora, che in fatto così sia, perche è gran dubbio, che le cose, che premono, & grauanano, facciano questo effetto con la sua virtù astringente, come molti scriuono: poiche è necessario, che premino, ò con il suo peso, ò con lo stringere quelle parti del corpo, che fanno poi l'effetto di mouere il ventre: non è da credere, che questo segua per il peso, perche se ne suole pigliare poca quantità, dopò gli altri cibi, ne manco si può fare con lo stringere quelle parti, perche lo stomaco ha la capacità tanto grande, che non si può a questo modo stringere, secondo le sue parti, si come questi danno l'esempio delle falciccie, quando s'empiono. Questi frutti sono commodi allo stomaco arrostiti, sono più piaceuoli quelli, che sono conditi, & conseruati nel mele, prouocano bene l'orina, come alcuni vogliono: il mele però stringe tirando in se la loro forza: ma quelli, che si cuociono nel mele, sono vtili allo stomaco, & piacciono a mangiarli, con tutto questo hanno manco virtù di stringere: se si pigliaranno dopò l'ultima beuanda; proibiscono, che il vino con il suo vapore non percuota la testa: & questo effetto seguita, perche con il poco lentore, s'attaccano talmente alla gola, mentre, che s'inghiottiscono, che congiungono vna parte con l'altra, & insieme stringono.

Il succo suo non è manco astringente, però prouoca l'orina: ma se alcuno mi dimandarà la causa di tale effetto, dirò, che possono essere due,

R 2 ò per

Quali sono li pomi appij, & rosei.

Qualità delli pomi cotogni.

Come per la virtù astringente confortano lo stomaco rilassato.

Per la sua aridità fermano il ventre, & come.

Per il suo buono odore resistono alli veneni.

Come li cotogni presi dopò pasto non possono mouere il ventre.

Come l'esempio delle falciccie non vale.

Come sono commodi allo stomaco.

Quello, che fanno quando li pigliano dopo l'estrema beuanda, & come facciano questo effetto.

Il succo delli cotogni prouoca l'orina, & nota due belle cause di questo effetto.

è per via dell'odore, & della sua acre effalatione, che prouoca l'orina, ouero perche, mentre che passa per le vene, vnito in se stesso per la sua astringitione, caccia inanti quello succo, che troua prima di se, & lo spinge nelle vie dell'orina, come in vno luogo deputato per ordinaria espulsion della natura, ma questa è materia di più alto negotio. Bisogna qua auuertire, che se alcuno mangia gran copia di cotognata, & poi beua d'acqua, o vino, darà grande occasione, che nel fegato si generi qualche notabile ostruotione; ilche sarà, perche quella beuanda la scioglie, & per le vene ne conduce gran copia al fegato, doue, perche è assai, & troppo si attacca, & con difficoltà si cuoce, si ferma tanto in quello luogo, che non solo farà l'ostruotione, ma ancora pronocarà qualche notabile dolore; per la qual cosa bisogna, o mangiarne poco, se l'huomo vorrà bere dopò; o se ne vorrà mangiare assai, non bisogna beuere cosa alcuna.

Come nel mangiare molti cotogni, si farà vna grande ostruotione nel fegato, & perche.

Quando l'huomo mangia cotogni assai, non bisogna beuere cosa alcuna.

Delli pomi granati.

TUTTI li pomi granati stringono, ma l'acido più, il dolce mangia, & quello di mezo sapore mediocrementemente, il dolce contempera, & tira fuora il catarro sottile, che va al petto, percioche raffrena mediocrementemente con la sua leggiera astringitione, l'impeto di quell'humore, che corre; con la dolcezza poi, che non può essere senza calore, come Hippocrate, & Dioscoride hanno detto, matura la indigestione, & la caua fuori: gli acidi giouano a gli ardori dello stomaco, & meglio gli reprimono, & sono più potenti a prouocare l'orina, ma il frequente uso di tutti questi, leua quasi in tutto l'impeto delle cose Veneree, & forse questo sarà, perche non nutriscono, come dice Dioscoride.

Li pomi granati stringono, ma chi più, & chi manco. Le qualità delli dolci.

Le qualità delli acidi.

Delli nespoli, forbe, & corgnali.

LI nespoli, come dice Galeno, stringono molto più, che non fanno le forbe, bisogna mangiarne pochi, & più presto in forma di medicamento, che di cibo, perche si cuociono con difficoltà: della medesima facoltà sono anco li corgnali; eccetto, che sono in credito, che giouano molto a quelli, che sono stati morsicati dal cane rabbioso, come fa ancora il suo legno.

Le qualità delli nespoli.

Le qualità delli corgnali, & del suo legno.

Delli

Delli azaroli.

QUESTO frutto, ilquale appresso Dioscoride, si stima, che fosse il tricocco, si deue riferire al nespolo, è più soaue, & meno astringente, che non è il nespolo.

Come Dioscoride chiamò lo azarolo, & sue qualità.

Delle oliue.

LE oliue sono utili allo stomaco, non perche si cuociano facilmente, come molti credono, o perche confortino molto lo stomaco, ma perche eccitano l'appetito, altrimenti poi stringono il ventre, perche si condisciono; quando ancora sono acerbe, & queste ordinariamente si mangiano, si cuociono con difficoltà, & si fermano vn pezzo nello stomaco, per la qual cosa noccono a gli occhi, eccitano dolor di testa, & spesso volte ancora sono di nocumento al polmone.

Per qual causa le oliue siano utili allo stomaco.

Le qualità, & utilità delle oliue.

Il danno, che portano le oliue.

Del succo dell'oliue.

L'OGLIO, il quale è il succo dell'oliue s'attacca tenacemente con la sua lenta, & grossa sostanza a tutte quelle cose, che prima tocca, onde si ferma lungo tempo, doue è prima penetrato, talche se alcuno è onto con oglio, gli pare hauere sopra di se vn vestimento, & vna coperta di più, che non ha, nè l'aria, che lo circonda, lo può estenuare o digerire, nè manco può così facilmente passare dentro nel corpo, morde gli occhi, se di fuori se gli applica, humetta moderatamente le ulcere, le quali per la troppo siccità si risanano inanti al tempo: quanto più è dolce, tanto più è mitigatiuo del dolore, & humetta li corpi secchi, raffrena le forze delli medicamenti gagliardi, mollifica il ventre, si cuoce con difficoltà, non si distribuisse per il corpo troppo bene, è di poco nutrimento, s'attacca a i membri interiori, non altrimenti, che di fuori, per la sua naturale humidità, ma sdrucciola poi, & corre per tutto, & velocemente.

Le qualità dell'oglio.

Per qual causa le macchie dell'oglio tanto durano.

Nota di quelli, che sono onti d'oglio, gli pare d'hauere vna veste di più adosso.

Danni & vtili, che porta l'oglio.

Dell'arbutto, cioè cirafafeluaggia.

L'ARBUTO noce allo stomaco, fa grauezza di testa, si cuoce male, & in fatti è cibo da contadino.

Le qualità della cirafafeluaggia.

Delli

Delli cedri, pomi ranci, limoni, & pomi adamo.

Le qualità del cedro, & i suoi effetti boni, & cattivi.

L succo del cedro è difficile da cuocere, la polpa più, & la scorza molto più: quello è freddo, & secco, stringe il ventre, caccia la putredine, smorza il caldo, scode la sete, eccita l'appetito, è però contrario al polmone, & al petto, se non è condito con il Zuccaro e con il mele: la polpa genera succo grosso, & flegmatico, nuoce allo stomaco, gonfia, & se troppo spesso è usata, causa dolori colici, & non si deve mangiare inanti, o dopo gli altri cibi, perche impedisse la distribuzione, nè con essi si può facilmente mescolare, si può senza danno prendere sola, purché sia condita con il Zuccaro, o con il mele, quando l'huomo ha da fare viaggio, ouero che ha da stare noue, o dieci hore più o meno senza mangiare cosa alcuna: percioche poca quantità di esfa, presa per bocca, mantiene così bene satollo lo stomaco tutto il giorno, che non lo lascia empire di cattivi humori: & poi passate molte hore, digesta che è, lascia saltare in campo la fame per la cena.

La polpa del cedro non si deve mangiare inanzi, nè dopo, nè insieme con li altri cibi, & perche.

Quando si deve mangiare.

L'utile, che porta la polpa del cedro.

L'utile, che porta la scorza del cedro.

La scorza si sa, che produce odore grato della bocca; alcuni v'aggiungono, che se sarà presa moderatamente, gioua contra l'atrabile, & contra la tristezza, che nasce da quel humore, & così presa ancora conforta lo stomaco: ma poi presa in troppa quantità, rende debile la concottione, & che scalda il ventre, se è condita con il mele, che purga l'humore, che si condensa nello stomaco, & che aiuta la concottione.

Li pomi ranci, limoni, & pomi adamo sono simili al cedro, ma di minor virtù. Gran virtù del succo del limone, beuuto con la maluaia, contra li calcoli.

Li pomi ranci, limoni, & pomi adamo hanno le forze simili a quelle del cedro, ma molto inferiori, particolarmente poi si dice, che il succo del limone, beuuto con la maluaia è potentissimo, per fare orinare le pietre.

Delli meligiani.

Qualità, & danni, che porta il meligiano.

Li meligiani, o melongiani, o meliinsani generano humor melancolico, causano dolori di testa, quanto più si cuociono appresso al fuoco, tanto più perdono il mal humore: & se spesso se ne mangia, fanno oppilazione nel fegato, & nella milza, corrompono il colore naturale, & producono un colore hora pallido, hora quasi negro, si mangiano prima cotti al fessò, & poi leuata la scorza, si frigono con l'oglio, o butiro, & all'ultimo si mangiano con la giunta ai sale, & di pepe.

Come si mangiano li meligiani.

Delle

Delle giugiole.

LE giugiole, le quali forse Galeno chiamò serice, dalli speciali sono dette iuube, nutriscono poco, si cuociono con difficoltà, sono inutili allo stomaco, giouano alli mali del petto, & del polmone, nati da caldo, & di più gli Arabi hanno creduto, che giouano alli difetti della vesica, & delle reni.

L'utile, & danno, che portano le giugiole.

Del frutto del ginepro.

L grano del ginepro, il quale è simile in grandezza a quello del mirto, mediocrementemente scalda, & stringe, (come dice Diosc. o qual sia altro scrittore antico, secondo Galeno, è caldo nello terzo, & secco nel primo ordine, quando è acerbo; è nero, & non si può gustare; quando è maturo, si gusta facilmente, & questo gioua allo stomaco, a i difetti del petto, alla tosse, alle inflammationi, a i dolori di ventre, & alli veneni, prouoca l'orina, gioua alli spasmati, alli crepati, & alle prefocazioni matricali; alcuni poi dicono, che Dioscoride ha scritto, che li fragmenti del suo legno beuuti ammazzano gli huomini, ma questo è falso.

Le qualità del ginepro.

Utile che porta il ginepro.

Nota che alcuni dicono, che li fragmenti suoi ammazzano gli huomini ma non è vero.

Delle carobe.

LE fresche, come dice Dioscoride, sono contrarie allo stomaco, solouano il ventre: le secche lo fermano, & sono manco nociue allo stomaco, prouocano l'orina, ma si digeriscono, & si smaltiscono con difficoltà, in somma sono di cattiuo succo.

Le qualità delle carobe: utili, & danni, che portano.

Del carcioffo.

L carcioffo si mangia, & crudo, & cotto, dopo pasto: crudo, cioè quando è tenero, ma cotto, quando è duro, fa che la bocca habbia buono odore, eccita l'appetito, fa che il vino sia più saporito, incita l'huomo al coito, si cuoce con difficoltà, non è senza qualche ventosità, causa grauezza di testa, si stima, che prouochi l'orina, genera cattiuo succo, & massime quando è troppo indurato, & Galeno pensa, che generi colera gialla, & nera, li fusti suoi, leuata la scorza, si mangia-

Il carcioffo, si mangia crudo, & cotto, & quando.

L'utile, che porta il carcioffo.

Li fusti suoi, o le foglie come si mangiano.

no crudi, le foglie l'inuernata poste sotto terra, si fanno bianche, & per dono l'amarezza, si mangiano l'inuernata crude, & cotte, & tutte hanno quasi la medesima virtù.

Delli fonghi.

Quali sono li fonghi non venenosi.

Quando, & per qual causa tutti li fonghi sono venenosi.

In qual modo fanno di danno, ancor che non siano venenosi.

Quello, che deue fare l'huomo, che voglia pur mangiare fonghi.

LI fonghi per la loro similitudine, si possono mettere nel numero delli frutti, quelli poi, che di sua natura non sono venenosi, come sono li brugnoli, stimati da tutti esser sicuri, hanno sapore molto soauo: nondimeno, & questi, & tutti li altri nati nelli oliueti, sono pericolosi: percioche le oliue con la sua vicinanza (come alcuni dicono) sogliono accrescerli la grossezza, & il lentore, & per questo si tritano con difficoltà nello stomaco: onde spesso volte si rendono per le parti da basso intieri, con gli altri escrementi nella forma, quasi, che sono stati presi, nocchiono sommamente mangiati in gran quantità, perche s'attaccano ostinatamente con il suo lentore allo stomaco, & così, ò che lo tirano in giù, con il suo gran peso, ò che troppo lo stendono, & gonfiano con il suo flato, & tirano seco a basso anco la bocca dello stomaco; per la qual ritrattione, le fauci si stringono, & da questo ne nasce vna soffocazione, ò quello male, che chiama Hippocrate colera secca, ò almeno stupore, & apoplezia, difficoltà d'orina, frequente respiratione, & mancamento d'animo, & di spirito; finalmente portano nutrimento pituitoso, freddo, & di noiosa qualità al corpo, però poiche sono causa della morte, ò di qualche altro gran male; non solo con il veneno, ma ancora con la sua quantità, & flato, che generano, sarà molto meglio non mangiarli, che poi, che si sono mangiati, hauer di essi tanta paura, & pigliarne tanta melanconia. Ma se alcuno non si potrà contenere, che non ne mangi, colui correrà manco pericolo, se poco prima, che ne pigli, prenderà vn poco di olio, ò butiro, ò qualche altra cosa simile, & tanto sia detto delli frutti, hora passiamo alli semi.

Delli femi.

Come si conosce, che li femi siano pieni di flati.

Che anco l'aniso genera flato.

Come sono graui & difficili da cuocere.

TVTTI li semi, perche sono generatiui, & insieme inalzano la terra doue sono seminati, & la gonfiano, sono pieni di flati, & benchè l'aniso sia molto in uso per risolvere il flato, nondimeno anche esso genera flato (come costa per esperienza) oltre di questo, sono più difficili da cuocere, & più grauanano lo stomaco, che non fanno le piante, onde

onde nascono, per essere di sostanza più terrestre, che esse non sono, li semi, che s'usano in Roma quasi da tutti, sono questi; cioè amandole, castagne, noci, auellane, pignoli, pistacchi, coriandro, pepe, seme di finocchio, di aniso, di cumino, di meloni, di lupini, tutti li legumi, riso, farro, orzo, & frumento.

Quali sono li semi, che sono in uio a Roma.

Delle mandole.

LE mandole difficilmente si cuociono, eccitano il sonno, grauanano il stomaco, prouocano l'orina, danno poco nutrimento: è opinione che se alcuno ne pigliarà ò cinque, ò sei innanzi pasto, non si potrà mai imbriacare, le dolci sono manco potenti, che le amare, si crede però, che le verdi mangiate a pasto con la sua coperta verde racconcinano lo stomaco troppo humido: oltre di questo non hanno alcuna forza di stringere, di estenuare, nè di mondificare, come la maggior parte delli scrittori sentono.

Le qualità, & effetti delle mandole.

Le qualità delle mandole verdi.

Delle castagne.

LE castagne si cuociono difficilmente, sono tarde a passare per li meati, gonfiano, fermano il ventre, causano dolore di testa, si crede che giouino a quelli, che hanno lo stomaco humido, & a quelli che sputano il sangue, & che prouochino l'appetito del coito, per essere ventose: le cotte a lessò, ò a rosto, sono manco cattive, che le crude, si mangiano con manco danno, & anco più sicuramente circa al fine dell'autunno, & per tutta l'inuernata, se però il tempo sarà humido, perche essiccano alquanto, ma poi à pigliarne assai, & spesso, nocchiono sommamente.

Le qualità delle castagne.

Quando si deuono mangiare.

Delle noci.

LE noci è difficile a digerire, è inutile allo stomaco, fa dolere la testa, è inimica a quelli, che hanno tosse, se è fresca nuoce manco allo stomaco, perche è più dolce, si cuoce più facilmente che l'auellana; la secca, se prima per vn pezzo sarà posta nell'acqua, sarà quasi come se fosse verde, oltre di ciò la secca mangiata in copia grande, riscalda la lingua, & quasi come se l'ulcerasse, la diuide leggiermente, condita con mele, & con Zuccaro, fa il medesimo effetto, che fa la polpa del cedro, condita, come di sopra hò detto.

Le qualità delle noci. Perche la fresca è manco cartiua.

La noce secca posta nell'acqua si fa come verde.

Danni, che porta la noce secca. Virtù della noce condita.

Delle auellane.

Quali sono le auellane migliori.

Danno, che portano le auellane.

LE noci pontiche, ouero auellane, che a Roma si chiamano nociole, se sono lunghe sogliono essere assai migliori, & più soauì, che le rionde, danno manco nutrimento, che le mandole. si cuociono con difficoltà, sono inimiche allo stomaco, gonfiano il corpo, mangiate in copia, fanno dolere la testa: ma le verdi sono assai manco cattive, che le secche.

Delli pignoli.

Quali sono li migliori pignoli.

Danno, che portano li pignoli.

L'utile, che portano li pignoli, secondo alcuni.

LI pignoli freschi sono migliori, che li vecchi, & questi sono di manco danno, se per un pezzo saranno stati nell'acqua, che se si pigliano così secchi, danno nutrimento sì, ma non si cuociono facilmente, se per sorte si fermano troppo nello stomaco, grauanano la testa, & li causano dolore. Non voglio hora dire in questo luogo, quello, che è creduto da molti, che ingrassano, che giouano a i polmoni, all'antica tosse, a i vitij delli reni, & della vesica, a quelli, che patiscono sciatica, alli paralitici, alli stupidi, & a quelli, che tremano, & che prouochino l'huomo alle cose veneree, & raccomandino l'humido delli intestini.

Delli pistacchi.

Come li pistacchi siano utili allo stomaco.

Come siano di danno.

LI pistacchi sono utili allo stomaco, non perche lo confortino, come alcuni pensano, ma perche quando l'huomo ha da stare digiuno per un pezzo, proibiscono, che lo stomaco non ne sente lesione alcuna, si come poco di sopra hauemo detto della polpa del cedro, & della noce condita: presi in molta copia empiono troppo la testa, nel resto pare, che siano simili alli pignoli.

Del coriandro.

L'utile, & danno, che porta il coriandro.

Come conferua la carne, che non si corrompa. Se è secco, non dà nutrimento alcuno.

L coriandro secco è in uso, & è buono allo stomaco, leua li rotij acidi, ferma il ventre: & prouoca il sonno, se è preso dopo pasto, accresce la virtù genitale, ma se è preso in troppa quantità, disturba la mente, con qualche pericolo, fatto in polucre, & posto sopra la carne fresca al tempo dell'estate, proibisce, che non così presto si corrompe, ma perche preso così secco, non può appena dare nutrimento alcuno, si dene

raccon-

raccontare più presto tra li condimenti, & le specie, che tra li cibi, come è il pepe, l'aniso, finocchio, cumino, & simili altre cose, quando si pigliano, ridotte a tanta siccità.

Del pepe dell'aniso, & del cumino.

DI questi dirò, che il pepe prouoca l'orina, ma offende le reni, utile, & danno, che porta il pepe. scalda, & essicca assai, fa che il feto nel tempo, che è generato nel ventre della madre, sia difettofo, caua la pituità della testa, alcuni pensano, che leui li dolori, con prouocare il sonno, eccita l'appetito. Del finocchio poi si è detto assai, quando si trattaua della sua herba.

Dell'aniso.

L'ANISO ha virtù di scaldare, & de essiccare, fa che il fiato utile, & danno, che porta l'aniso. renda buono odore, è inutile allo stomaco, eccetto se è gonfio, leua il dolore con il sonno, moue l'orina, ferma il flusso bianco delle donne, & quello del ventre, alcuni pensano, che difenda l'huomo dalla sete, & che faccia abbondantia di latte, che inciti al coito, & che tirato per il naso, leui il dolor di testa.

Del comino.

IL comino prouoca l'orina, risolue tutti li flatij, ma più quelli, che utile, & danno, che porta il comino. sono nello stomaco, beuuto in decotto, causa pallidezza, & posto nelle narici in forma di trocisco, raffrena il flusso del sangue del naso, cura le mamelle gonfie, per il troppo latte congelato, & con l'vsarlo spesso, alcuni pensano, che generi pietre nelle reni. Delli semi di melone hauemo parlato di sopra, quando fu fatta mentione delli meloni.

Delli lupini.

L lupino intenerito nell'acqua, lascia tutta l'amarezza, & a questo utile, & danno, che portano li lupini. modo comunemente si mangia, è difficile da cuocere, genera humor grosso, è tardo nel passare per le vene, con difficoltà si smaltisse, fa desiderare il cibo, & rimoue l'inappetentia, & leua la nausea.

Delli legumi. Cap. IX.

Le qualità delli legumi.

Quali sono li legumi, che sono in uso a Roma.

TUTTI li legumi sono flatuosi, come dice Hippocrate, & ciascuno ha il suo difetto, ne si deuono mangiare, se non con li altri cibi, sotto il nome di legumi in Roma s'intendono faue, ceci, fagioli, piselli, cicerchi, & lentichie.

Delle faue.

Le qualità della faua verde, & secca.

Danno, che porta la faua.

L'utile, che porta la sua farina cotta.

Quello, che dice Hippocrate, & Galeno della faua.

LA faua fa gonfiare il corpo, ma molto più verde, che secca, & l'una, & l'altra gonfia più con la scorza, che senza scorza, & quando si cuoce, se la prima acqua si gettarà via, con difficoltà si può superar dallo stomaco, & graua la testa, conturba la mente, produce vani, & tranagliosi insogni, & genera crudi humori, noce particolarmente a quelli, che patiscono dolori colici, & crepature: la sua farina cotta a lessò gioua all'infiammationi delle mamelle, & a quelle, alle quali il latte si congela dentro: si dice, che con una certa proprietà raffrena li catarri, che cascano dalla testa al petto, gioua alla espurgatione del petto, & del polmone. Hippocrate è un altro antichissimo Autore ha detto, che stringe, ma Galeno ha detto, che è lenitiua per una virtù astringente, che è in lei, ma come sia in fatti, l'hauemo dichiarato in quel nostro libro, scritto sopra il mollificare il ventre senza medicamenti.

Delli ceci.

Tre sono le specie delli ceci, & quali.

Vtile & danno, che portano li ceci.

Come li ceci si deuono mangiare in mezzo gli altri cibi.

LI ceci sono ò bianchi chiamati colombini, ò rossi chiamati di Venere, perche eccitano l'huomo alle cose veneree, quelli della terza specie, sono neri, & più piccoli, detti arietini. Dicono, che li ceci mollificano il ventre, & che pronocano l'orina, fanno abbondantia di latte, ma che poi gonfiano il corpo, si cuociono con difficoltà: non si deuono mangiare, nè innanti, nè dopò pasto, ma in mezzo gli altri cibi, li verdi causano cattiuo colore, & fanno il fiato puzzolente, non si troua, che alcun altro legume sia di maggior nutrimento, & che faccia più netto il polmone, & schiarisca più la voce, hanno maggior virtù astringente, che non ha la faua, talmente che rompono le pietre nouamente generate nelle reni, & quelle, che già sono sminuzate, le cacciano fuori, & questa virtù è più nell'arietino, che in altra sorte di ceci, &

per

per questo il suo brodo noce più alli mali, & alle piaghe della vesica, che brodo d'ogni altro legume. Il bianco è più utile, che gli altri, perche pronoca il ventre, & l'orina, & da maggior nutrimento.

Quale delli ceci è di più utile, & come il brodo suo è di danno alle vescere della vesica.

Delli fagioli.

L fagiolo fa gonfiare il corpo, come li altri legumi, si cuoce con difficoltà, pronoca l'orina, genera seme, eccita l'huomo al coito, ma fa gli insogni tranagliati, & spauentosi, come fanno le lentichie, ingrossa il corpo, come dice un Autore Arabo, se spesso sarà usato, causa vertigine, il suo decotto pronoca li mestrui: quando è tenero, & cotto a lessò con la sua coperta, si mangia in luogo d'insalata, si crede, che pronochi il ventre.

Vtile, che porta il fagiolo.

Delli piselli.

DIOSCORIDE non ha scritto cosa alcuna di questo legume, che si sappia, Hippocrate ha detto, che mollifica il ventre, un altro Autore, & anco Galeno ha detto, che il suo succo ha una certa similitudine con la faua, ma però non genera tanta ventosità, come fa la faua, ne manco ha tanta virtù di nettare, & per questo è più tardi a uscire per il ventre: quando è fresco, si mangia da qualch'uno con la sua scorza.

Qualità delli piselli.

Come sono simili alla faua, ma in minor grado.

Della cicerchia.

LA cicerchia passa per le tauole de' poveri solamente, se bene qualche volta s'usa anco da ricchi, per qualche strauagante appetito: è in quell'uso, che sono li piselli: alcuni poi antipongono il suo succo a quello delli fagioli, come che sia più potente in nutrire.

Qualità della cicerchia.

Della lentichia.

L'VSO continuo della lentichia indebilisce la vista, si cuoce con difficoltà, gonfia lo stomaco, & il ventre, produce graui, & tranagliosi insogni, è inimica a i nerui, a i polmoni, & alla testa, se è cotta nell'acqua del mare, & applicata alle mamelle, è buon rimedio contra l'abbondantia del latte, & contra il latte congelato, quella è la meglio

Danno, che porta la lentichia.

Vtile, che porta la lentichia.

da

Come si conosce
la migliore lentic-
chia.
Di qual tempo è
meglio da magna-
re.
Tarda il corso del
sangue.

Come frigne, &
Come non frigne.

L'orzo cotto con
la scorza, purga
più che senza scor-
za.

da mangiare, la quale posta a mollificar si nell'acqua non vi lascia dentro
cosa alcuna di nero, è meglio mangiarla l'inverno, che la state, tarda il
corso delli mestruai nelle donne, proibisce il coito, & però è molto conue-
niente a quelli, che vogliono viuere castamente, fa il sangue, che facil-
mente s'attacca alle parti per le quali passa, & lo rende tardo nel cor-
rere, & smorza il suo gran caldo. Finalmente (come molti dicono)
cotta a lessò ò con scorza, ò senza scorza, & poi mangiata senza il
brodo, sempre restringe, ma più con la scorza, che senza scorza: ma
il succo suo fa poi contrario effetto, percioche ò poco, ò assai, che sia
cotta, in ogni modo il primo suo brodo mollifica il ventre, & il secondo
restringe, & ciò seguita più quando è cotta con la scorza, che senza
scorza, & la causa è, perche la scorza, si come mantiene integra la
parte interiore, così diffende la virtù, che ha di mollificare il ventre,
che non si risolua, si come accade anco nell'orzo, il quale (come dice
Hippocrate) se sarà cotto con la scorza, il suo succo purga più ga-
gliardamente, ma se sarà cotto senza scorza, rinfrescherà più, ma fer-
marà il corpo.

Del riso.

Le qualità del ri-
so, & come perde
la virtù di restrin-
gere.

Come si cuoce
perche si digerisca
meglio.

L riso restringe il ventre, nutrice mediocrementemente ma questa astrit-
tione si indebolisce, se per tutta una notte si lascia macerare nell'ac-
qua della semola, si cuoce con difficoltà, ma non con tanta, se si piglia
con il latte di vacca, ò di mandole, ò con il brodo grasso della carne: ma
poi preso con il latte, si stima, che augumenti il seme.

Del farro.

Che cosa fosse il
farro anticamente.

Qual sia il farro,
che hoggi si v'ha.

Qual è il miglior
farro.

Li Latini si pensano, che il farro si possa attribuire a tutte le sorti
di semi, che nutriscono, ma poiche s'incominciassero ad applicarui
una specie particolare di frumento: tra li Greci alcuni vogliono, che
sia il condro, alcuni altri, che sia un'altra cosa molto differente, ma
quello, che sia poi: in verità sin hora non si è potuto intendere, quello
che va ordinariamente in volta, è una specie di frumento, la qual pa-
re, che sia maggiore, più lunga, & più dura del ordinario, & appres-
so vi è anco un'altra differenza, che è manco lento, & più facilmente
si sminuzza, che il frumento, & però il farro di questa sorte è più sa-
no, che non è quello, che è fatto dell'altra sorte di frumento, & maf-
sime

sime s'è ben cotto con l'acqua, ò con il buon brodo, come quello, che ha-
uendo un poco di lentore, congiunto con la facilità di essere sminuzza-
to, quando è cotto in molto tempo, poiche a questo modo si cuoce benif-
simo, si fermenta a guisa di farina di frumento, mescolata con pane
acido, onde poi è meglio cotto nel ventricolo, percioche si come il lieue-
to con la sua acidità fa il pane di frumento, più facile da cuocere,
così quella friabilità (per modo di dire) ch'è nel farro, mescolata un pez-
zo sopra il fuoco con il suo lentore, trittando l'istesso farro, lo rende
manco viscoso, & più facile da digerire.

Come il farro si
cuoce benissimo.

Dell'orzo.

Tutti li Autori hanno detto, che l'orzo rinfresca, & netta al-
quanto, & che poi essicca, & humetta tanto, quanto è congiunto,
& separato dall'humido, si come si conosce dalla polenta d'orzo, & dal-
la orzata, poiche se bene ambidue sono fatte d'orzo; nondimeno quella
essicca, & questa humetta. Che poi il nostro orzo sia quello de' gli anti-
chi, è cosa chiara, dal detto d'Hippocrate, nel secondo della dieta, doue
scriue l'orzo è di natura freddo, & secco, & in esso è una certa virtù
purgatiua, ἀπὸ τοῦ χυλοῦ τοῦ ἀχρῆου, per il succo, che si contiene
dentro della scorza, che così credo, che mi sarà lecito interpretare in
questo luogo, questa parola τοῦ ἀχρῆου cosa che si conosce esser vera,
per quello, che sottogionge, quando tu vorrai cuocere l'orzo, che non
sia purgato, conoscerai da questo segno se è buono, perche poiche sarà
cotto con la scorza, purgarà gagliardamente: ma se tu lo cuocerai sen-
za scorza, rinfrescherà più, ma fermerà il ventre: quando poi sarà ben
cotto tutto l'humore, per il quale purgava, si consuma per la forza del
fuoco, ma la frigidità, & siccità resta: questo dice Hippocrate. Dalle
quali parole non solo è manifesto quello, che hauemo detto, ma che an-
cora li medici della nostra età sono in grande errore, li quali mentre,
che vogliono, che l'orzata sia più abstersiua, comandano con gran ri-
gore, che l'orzo sia scorticato, ilquale però è manco abstersiuo, quanto
più è priuato della sua coperta, & appresso anco sono in grande errore
quelli, li quali volendo fare l'orzata nel brodo di pollo, con la virtù
abstersiua, cuociono prima l'orzo nell'acqua pura, finche si rompa, &
poi gettata quell'acqua, vi mettono in suo luogo il brodo di pollo, & non
s'auedono, che la maggior parte della virtù abstersiua è andata nella
prima acqua, talmente, che quella orzata non solo non è abstersiua, ma
più presto restringe il ventre.

Le qualità dell'or-
zo.

Differenza tra la
polenta, & la piuf-
iana.

Come l'orzo no-
stro è l'istesso de
gli antichi.

Come si conosce,
che l'orzo sia buo-
no.

Primo errore delli
medici moderni.

Secondo errore.

Del

Del frumento.

Le buone qualità
del pane de frum-
mento.

Perche non gōfia.

Come gli altri ci-
bi cascano in se
stessi, cosa che nō
fa il pane, che più
presto si scarga.

Per qual causa
l'huomo si fa più
leggiere per hauer
mangiato più pa-
ne, che carne.

In qual modo pro-
hibisce la satietà.

HA VENDO noi detto assai dell'orzo, è tempo di trattare del frumento, la cui facoltà è conosciuta da tutti, dirò solo, che il pane di frumento ben leuato, è il più appropriato cibo, che possa hauere l'huomo di tutti gli altri, come quello, che non gonfia lo stomaco, fa il corpo agile, empie piaceuolmente, leua la fastidiosa satietà, caccia fuori dello stomaco la flegma viscosa, grossa, & cruda, nutrisce piano, & piace più spesso, che tutti li altri nutrimenti. Non gonfia, perche distende il ventricolo, non con generare alcuno flato, ma con la sua propria sostanza, distesa in maggiore ampiezza, percioche congiunto con l'humido, come se si stargasse, & si distendesse, in alza le parti del ventricolo, altrimenti di quello, che fa il pane d'orzo, li legumi, li frutti, li pesci, le carne de gli animali terrestri, & simili altre cose, anzi tutti gli altri cibi, che per ordinario si mangiano, se la pienezza è uguale, grauanano molto più, che non fa il pane di frumento: percioche essendo mangiati in grande quantità, cascano poi in se stessi, & fanno la mole minore, & per questo poi restringono lo stomaco, come faranno verbi gratia, cinquanta sfighi mangiati, & simili cose. Il contrario fa il pane, il quale mangiato in poca quantità, presto s'inalza, & si distende in maggior ampiezza, come hauemo detto, cosa che si può vedere ogni giorno, se si mette, ò nell'acqua, ò nel brodo, perche subito si starga, & si ingrandisce in gran mole, in modo, che non deue essere marauiglia, se hauendo preso maggior quantità di pane, che di carne, diuentiamo più leggieri, che se pigliassimo più carne, che pane, & si come siamo più graui innanti il cibo, che poi, che hauemo mangiato, & si come il mantice è più graue vacuo di aria, che quando è pieno, così noi quando siamo cibati di pane di frumento, perche questo si faccia con modo, sempre diuentaremo più agili, che per pigliare carne, ò frutti, ò altri simili cibi. Percioche il pane fa inalzare lo stomaco, & le altre cose lo fanno cascare in se stesso, talche l'elevatione delle parti, causa leggierezza, & il cascare suo causa grauezza, però il mangiare più pane di frumento, non solo non gonfia, nè graua, ma rende il corpo più agile, perche però vi sia la debita misura, & proportionione, & a questo modo, perche empie piaceuolmente, prohibisce la satietà fastidiosa, per la quale l'huomo corre spesso maggiori pericoli, che non fa alcuno altro animale, quando si nutrisce di altri cibi, che di pane,

pane, ò che mangia manco pane, che ogn' altra cosa, percioche la pienezza, che si fa con il pane bene fermentato, si vince con più facilità (& dichino gli altri cioche vogliono) che quella, che si fa con altri cibi ancorche haessero la istessa solidità, atteso che questa ha bisogno di molto più cibi, & di maggior quantità, considerando la mole dell'vna, & dell'altra pienezza, doue, che quella, che si fa con il pane, richiede molto minor quantità, rispetto alla mole, che non ha l'altra. Percioche per empire lo stomaco presto, cosa che è desiderata sopra tutte le altre cose, basta manco portione di pane, che d'ogni altra cosa, purchè non sia liquida, poiche vna libra sola di pane stende, & satia meglio, & più commodamente lo stomaco, che non faranno due libre di carne, ò d'altro cibo. Ne occorre proporre in contrario il volgare prouerbio, che da ogn'vno è allegato, che tutte le pienezze sono cattine, ma quella del pane è pessima, perche non è vera, ne manco si trouerà scritta in alcuno autore, degno di fede, ma credo, che sia vno commento fatto per raffrenare l'auidità dello stomaco, il quale per hauer sempre commodità di pane, che tanto piace, può spesso empirsi tanto, che può anco facilmente cascare in pericolose infirmità, & finalmente nella morte.

Alcuni vogliono, che questa fosse sentenza d' Auicenna, ma non l'ho ritrouata in alcuno de' suoi libri, che habbia letto: percioche non è dubbio, che la pienezza delli fonghi, di quello pesce detto tinca, delli ramoracchi (come noi hauemo visto in vno) è molto peggior, che quella del pane: ma se pure alcuno per hauer patito vna lunga fame, & satiato appieno di pane, quasi in vn subito è morto, questo non si deue attribuire al pane, ma alla gran pienezza: perche il medesimo suole accadere sempre, anzi peggio per li altri cibi, purchè siano sodi di sostanza, & perche la natura richiede, che il ventricolo sia prima ampio, & capace, accioche in esso si possa riponere il cibo, come nella dispersione di tutto il corpo, & poi perpetuamente pieno, tanto quanto però può essere, accioche trouando sempre il nutrimento in pronto, come fanno le piante, che si nutriscono di continuo dell'humore, che tirano dalla terra, l'animale non si morisse di fame, per difetto del nutrimento: il pane tra tutti gli altri cibi fa commodissimamente questo effetto, come quello (purchè però non se ne mangi troppo) che empie il ventricolo, & presto, & senza molestia, & impedisse, che l'huomo non si satolli con fastidio, come quello, il quale hauendo già disteso, & ampliato lo stomaco, con la sua giusta quantità, & diuertendo la natura dal nouo desiderio di empirsi, non lascia ricercare, ne riceuere alcuno altro nouo cibo.

T Oltia

Lapienezza del
buon pane si viu-
ce più facilmente,
che quella de gli
altri cibi.

Perempir lo sto-
maco bene, basta
manco quantità di
pane, inquanto al
peso, che d'altri
cibi.

Come il prouer-
bio è falso, che tut-
te le pienezze lo-
no cattine, ma
quella del pane è
pessima.

Come è stato in-
trodotto quel pro-
uerbio.

Come può vno
morire hauende
mangiato molto
pane.

Come il ventrico-
lo sempre douita
essere disteso, &
pieno, & perche.

Come il pane fa
l'vno & l'altro ef-
fetto.

Oltra di questo è causa di vn'altra utilità, che poiche è bene liquefatto, mescolandosi con la pituità, & con gli humori crudi, che quasi sempre si trouano in molta copia nel fondo dello stomaco (essendo di sua natura facile à mescolarsi con l'humido, & a risolversi dall'humido) nel scendere, che fa dallo stomaco, con il suo lentore, mena seco quelli humori a gli intestini, & si come ogni giorno va abbasso, così ogni giorno netta lo stomaco, cosa, che suole accadere a pochissimi altri cibi, & benchè li pesci siano composti di molto lentore, nondimeno perche cascano dalla sua mole, in se stessi, nello stomaco, & si condensano prima, che siano liquefatti, & mescolati con gli altri humori, quando quasi separati da gli altri, vanno abbasso, non tirano, (si può dire) cosa alcuna seco, nè manco nettano, & questo si conosce esser vero, per li molti sputi viscosi, che fanno quelli, che hanno mangiato pesci, & che non fanno molto essercitio, perche essendo quello succo lento, non molto facile a mescolarsi con altri humori, & lassato solo in vno corpo otioso, si conuerte in sputi, ò in catarro, & questo medesimo accade del cacio, & d'altri cibi simili, quando l'huomo fa ò poco, ò nissuno essercitio. Nutrisce poi piaceuolmente, perche quando ha empito lo stomaco, quanto basta, le vene non tirano da lui più succo, di quello, che la natura possa digerire, cosa che non accade a gli altri cibi, ò per essere troppo asciutti, come sono le cose arefatte, persichi, & pomi: ouero troppo humidi, come l'vna fresca, & tutti questi, oltre, che empiono, & grauano troppo lo stomaco, quelle danno pochissimo succo al corpo, & queste troppo, l'vna, & l'altra poi alungo andare portano gran lesione, & sono causa di molti mali, quelli per il poco nutrimento, & questi per il troppo, cosa, che non accade al pane, preso, ò per se solo, ò con altri cibi, come quasi sempre accade, quando lo stomaco è pieno nel modo che si deuè naturalmente empire, perche suministra il succo per nutrimento del corpo non superfluo, ma tanto, che basta, & caccia fuora quella quantità di sterco, che s'aspetta dalla sua proportionè, come si vede chiaro con l'esempio delli contadini, li quali con il mangiare solamente pane, & beuere acqua, sempre sono agili, robusti, & sani, purchè non gli interuenga qualche altro accidente, & di più rendono per il ventre gran copia d'escrementi.

Da questo si conosce la causa, perche il pane piace più, & più spesso che gli altri cibi, perche essendo noi pericolosi di amalarci così spesso, per la gran pienezza, (come già hauemo detto) se si seruiremo del pane con misura, dalche si può sperare, che potrà nocere ò poco, ò niente,

Vn'altra utilità del pane.

Come il pane mena seco a gl'intestini gli humori superflui, che troua nel ventricolo.

Come si conosce, che li pesci non possono fare questo effetto.

Come li pesci si conuertono in sputo, & in catarro. Come il pane nutrice piaceuolmente.

Come li contadini sono sani, & robusti, ancor che non mangino altro che pane.

Per qual causa il pane piace più, che gli altri cibi.

te, ogn'vno conoscerà, che non solo non douemo aborrire il pane, ma più presto abbracciarlo, & desiderarlo: & per questo ne deuè piacere più spesso, come quello, che dilatandosi facilmente in vna gran mole, & distendendo presto lo stomaco non lo lascia poi empire di cibi più graui, eccetto però se l'huomo, ò non hauerà buona cura al fatto suo, ò pure volendosi satiare delli suoi appetiti, sarà deliberato, che così sia. Oltre di questo dando di se poco succo, il quale poi non permette, che le vene si riempino troppo, rare volte può essere causa di molta satietà. E' vero, che il pane dispiace alle volte, ma questo accade, quando nello stomaco non ci è alcuno humore, nel quale si possa distemperare, come si vede nella maggior parte di quelli, che hanno la febre, ò c'hanno mangiato troppo, che fanno li rotti puzzolenti, ò che hanno la bocca amara, ò molto asciutta, ò che finalmente hanno gran sete, ò che sentono gran caldo per tutto il corpo, ò almeno nello stomaco. Il pan caldo poi, perche tira a se con il caldo, l'humore, & lo esicca, stringe il ventre, causa sete, gonfia il corpo, & satolla presto: ma il vecchio, perche è essiccato, non stringe manco dell'altro: talche il fresco è più sano dell'vno, & dell'altro, perche mollifica quasi gli intestini con empirli così piaceuolmente.

Come il pane in se nutrisce poco, & l'utile, che di ciò ne seguita. In qual modo alle volte il pane dispiace.

Il danno, che porta il pane caldo.

Il danno, che porta il pane secco.

De gli animali acquatici, & massime delli pesci. Cap. X.

ESSENDO noi giunti al fine del trattato de gli alimenti, che si pigliano dalle piante, è cosa conueniente passare a quello, che si piglia dalli animali: ma tratteremo prima de gli acquatici, perche sono più simili alle piante, poi delli terrestri, con li quali metteremo ancora gli ucelli.

Per qual causa si parla prima delli animali acquatici.

Et prima bisogna sapere, che sotto il nome d'animali acquatici, noi intendemo, non solo li pesci, & gli animali, che viuono solamente nell'acqua, ma anco quelli, che in diuersi tempi viuono, parte nell'acqua, & parte in terra, come sono le lumaghe, & le tartarughe, & altri simili.

Quali animali si comprendono sotto gli acquatici.

E' anco da sapere, che quasi tutti gli animali acquatici, sono composti d'vna sostanza lenta, & humida, humida per l'acqua, nella quale stanno continuamente, lenta poi per la parte ogliosa, & grassa, che necessariamente si troua in tutti gli animali, altrimenti apena si potria-

Gli animali acquatici, sono composti d'vna sostanza lenta, & humida, & per qual causa. L'utile che seguita dalla parte lenta.

Il danno, che seguita dalli pesci, che hanno troppo lentore in se.

no piegare. Ma quelli, che hanno in se lentore assai, si cuociono difficilmente nel ventre, s'attaccano troppo allo stomaco, inducono fastidio, nuociono a quelli, che patiscono dolori colici, offendono la testa, & minacciano strangolamento, come fanno li spongii. Quelli, che hanno il corpo stitico sono soggetti ad una grande, & nascosta putrefattione, come accade a quelli, che mangiano anguille, & tinche, per cioche, poiche si sono putrefatte nel ventre, sogliono produrre euidentemente ad alcuni vesiche, & ulcere nella bocca, ne labri, & nelle nari, & il medesimo fanno nascostamente dentro nel ventre: ad altri poi, con il suo grande calore, sogliono mouere uno fastidiosissimo catarro alle giunture. Oltre di questo sono molto pericolosi l'estate, quando fa gran caldo: per cioche per il beuere assai, in quel tempo la loro lenta sostanza passa fuori di misura a tutto il corpo, insieme con quella beuanda, & col mescolarsi con gli altri humori, si compone un succo crudo, & contumace, & difficile da cuocere: dalche poi, ne suole seguire gran indigestione, & una longa, & ostinata stracchezza.

Nota le vesiche, & le vesiche, che nascono in quelli, che mangiano simili pesci.

Nota il catarro per il suo calore.

Il danno, che portano l'estate per il beuere assai.

Nota la stracchezza, che nasce per tal causa.

Per qual causa si mangia maggior quantità di pesce, che d'altri cibi.

Nota vno strauagante effetto, che fanno questi humori lenti, & viscosi negli membri naturali.

Questi pesci adunque, & altri simili, quando dopò, che sono morti cascano subito in se stessi, si come anco nello stomaco occupano manco luogo, così se ne mangia in maggior quantità, onde ne nasce poi satietà, & sete.

Questi anco perche s'attaccano più nello stomaco, con il suo gran lentore, & in più lungo tempo si ritengono, stringono il ventre, per la qual cosa suole spesso accadere, che vno humore viscoso, copioso, & lento passa per il meato dello stomaco alla bocca, nel modo quasi come se fosse con nausea, & vomito, & in scontrandosi con la laringe, casca di nuouo, parte nella trachea arteria, & moue una gran tosse, parte andando alto, empie la testa, cosa, che accade più facilmente, quando l'huomo è disteso nel letto, & da qui ne nascono nuouo catarri, che cascano alli membri inferiori.

Che quelle cose, che facilmente si cuociono, facilmente si corrompono.

Come li pesci non feruano il ventre, se bene perdono il lentore per la putredine, ma lo lubrificano per l'acrimonia, che acquistano dalla putredine.

Ne è vero quello, che si dice delli pesci, cioè, che si cuociono facilmente, perche facilmente si corrompono, ma più presto è l'opposito, cioè, che quelle cose, che facilmente si cuociono, facilmente anco si corrompono, ne manco è vero, che se presto, si corrompono, fermino il ventre con il suo lentore, perche se bene perdono il lentore, per la putredine, che seguita, (come in effetto perdono) si come per la putredine, nella quale incorrono, acquistano l'acrimonia, che sempre prouoca il ventre; così è necessario, che anco più facilmente facciano lubrificare il ventre.

Tra li pesci, s'ha da fare elezione di quelli, che sono più friabili, & c'han-

& c' hanno in se poco lentore: & di tali, quelli del Mare hanno il primo luogo: & il secondo è di quelli de i fiumi: il terzo è di quelli de' laghi; per la medesima ragione tra li pesci d'una medesima specie, sono migliori quelli, che stanno nel mare, & poi nelli fiumi, & poi ne' laghi, & così quelli, che più frequentano il mare, & poi li fiumi, & poi li laghi. Filotimo ha detto, che li pesci, c'hanno la carne dura, si cuociono con maggior difficoltà, che quelli, che l'hanno molle.

Tanto li piccoli, quanto li grandi sono sempre migliori, quando camminano, & corrono per l'acqua, o salsa, o dolce, purchè sia pura, & che si muoua per li sassi, li quali o siano come promontori nel mare, doue si trouano quelli pesci, che si chiamano sassatili, o siano semplici pietre, o in mare, o in acqua dolce; sempre sono buoni, & sani.

Per il contrario, quelli sono peggiori, i quali posti a l'aria si corrompono più facilmente, parimente quelli, che stanno nell'acque ferme, & quiete più, che quelli, che stanno nell'acque che corrono, o che almeno si mouono con qualche strepito: & di più, quelli, si corrompono, prima, che si cuociano nello stomaco.

Quelli poi, che presto si corrompono, perche sono troppo humidì, danno nutrimento facile di risolvere, & insieme humidò, & acquoso.

È anco cosa conueniente a sapere, che quasi tutti li pesci grandi sono più duri da cuocere, che non sono li piccoli, purchè siano della medesima specie, & che non siano molto molli, & quelli, che s'arrostitiscono, sono più difficili, che quelli cotti a lessò, & peggiori di tutti sono li fritti nell'oglio.

Sono alcuni, che dicono, che li pesci giouano a quelli, c'hanno la complessione calda, & secca, & massime all'estate, & che l'inuernata nuociono infinitamente alli flegmatici: ma saria stato cosa più sicura, se costoro hauessero detto, che li pesci giouano a quelli, che non solo qualche volta, ma spesso, & in ogni luogo, se li sono trouati utili, & per il contrario, nuocere nelle contrarie qualità. Ma perche nella elezione de' cibi, gli huomini ordinariamente mangiano quelle cose, che si possono prouare senza pericolo, non se ne potrà mai trouare maggior certezza, che il senso istesso del corpo (come dice Hippocrate:) finalmente quelli, che per la lunga consuetudine hanno ferma esperienza delli pesci domestici, non sarà bisogno per la cognitione loro seruirsi delle regole dette di sopra, ma quelli che non sono soliti a tal sorte di pesci, o perche non li habbiano mai visti, se bene sono del paese, o perche siano venuti di nuouo a Roma da altre parti, gli sarà utile considerare tutte

queste

La qualità delli migliori pesci, quali sono migliori nel primo, secondo, & terzo grado.

Done si trouino li migliori pesci.

Li pesci, che posti a l'aria, presto si corrompono, sono cattiu, così fanno anco quelli, che vi uono nelle acque ferme.

Li pesci grandi sono più duri, che li piccoli, pur che siano della medesima specie, & non siano molto molli.

Qual cottura conuiene alli pesci.

A quali nuociono li pesci l'inuernò, & l'estate.

La certezza delli cibi si caua dal senso del corpo.

Quando le regole generali non seruono.

Quello, che hanno a fare quelli, che di nuouo sono venuti a Roma per conoscere li pesci.

queste cose, che hauemo detto, prima che si imaginino di conoscerne alcuna con la propria esperienza.

Delli pesci del Mare.

Dello storione. Cap. XI.

Lo storione si crede, che sia il siluro.

Porcelletta è lo storione piccolo, è più stimato, che ogn'altra forte di pesce.

Le qualità dello storione.

È migliore frollo, che fresco. Di qual tempo, & in qual parte è migliore, a quali persone sia più conueniente.

Il bianco sapore si deue mangiare con lo storione.

TR A li pesci, che si sogliono mangiare a Roma, è lo storione, il quale quando è grande, si chiama propriamente storione, ma quando è piccolo, chiamasi porcelletta, l'uno, & l'altro, si crede, che sia il siluro, è in maggior stima, che qual si voglia altro pesce, perche sommamente piace alla gola, & per il sapore, & per la grassezza, genera vno succo grosso, & lento, ha la carne dura, & viscosa, & con difficoltà si cuoce, ma quanto più è fresco, è tanto più difficile da cuocere: quando è frollo, è molto migliore, nel mezzo dell'estate la testa, & la pancia piaciono assai, è cibo più conueniente alli robusti, & che fanno grande esercizio, che a quelli, che stanno in ocio, & che hanno lo stomaco debile: prima dunque che si metta in tauola, deue essere ben frollo, & cotto con diligenza, & poi se sarà cotto a lessò, si deue mangiare con il bianco sapore, a chi però piace tal cibo.

Dell'ombrina.

L'ombrina è simile allo storione.

In qual tempo è grassa.

Qual parte è migliore.

A quali persone è di danno, come si cuoce, & con qual cibo si mangia.

L' O M B R I N A, la quale si dice anco ombra, ha dura la carne, come lo storione, ne però si cuoce con tanta difficoltà; s'ingrassa principalmente nelli giorni caniculari: tra le sue parti, la pancia, & la testa sono le più lodate, suole dare trauaglio alli stomachi deboli, è stimata soane cibo, quando è cotta a lessò, & si mangia con il bianco sapore, ouero pertusata con li garofani, se si arrostitisse nello spedo; & in tanto, che cuoce si bagna con l'oglio, & con l'agresto.

Del tonno.

Il tonno quando è piccolo si chiama pelamide, quando è grande tonno. Per qual causa l'estate ha peggiorre.

I L tonno si diuide da alcuno in varie, & diuersè differenze: Volgarmente però quando è assai cresciuto, & c'hà più di sei mesi, si chiama tonnina, ma prima si chiama pelamide, l'estate è peggiore, perche dicono, che è molto trauagliato da quello animale piccolo, chiamato

mato tafano, ma circa all'equinottio dell'autunno è miglior perche è libero da quello male: la sua carne fresca circa la parte del ventre, & in particolare appresso l'ombilico, è molto grata al gusto: ma poi è nemica a quelli, che hanno lo stomaco debole, & suole causare nausea; quella parte poi, che è intorno alla schena, & alla coda, si come manco piace, così manco noce, forse anco così accade, perche di questo se ne mangia manco, di quello se ne suole mangiare in maggior quantità: la carne sua è dura, & graue, & si cuoce con difficoltà, il pelamide è manco nociuo, ma questo (come alcuni vogliono) moue particolarmente l'orina. Il tonno fresco si diuide in pezzi, & si conserva con il sale, & poi si arrostitisse nello spedo, coprendolo spesso con poluere di coriandro, & in tanto che cuoce, si sbruffa continuamente d'oglio, & d'aceto, con vn ramo di finocchio, ò di rosmarino.

In qual parte è migliore, a quali questa parte è di danno. Qual parte nuoce manco.

La qualità della sua carne.

Il pelamide, è manco cattiuo, & prouoca l'orina. Come il tonno si concia, & come si cuoce.

Del miluo $\mu\epsilon\lambda\upsilon\sigma$, cioè capone.

HA la carne molto dura, & senza sapore, & in fatti è più presto da riguardare, che da mangiare.

La qualità del pesce capone.

Della rondine $\chi\epsilon\lambda\iota\delta\alpha\upsilon$.

SI vede di raro a Roma, non piace molto al gusto, ha la carne dura, non si cuoce facilmente, è però questo pesce manco cattiuo da mangiare, che non è il miluo.

La qualità del pesce rondine.

Del coruo $\kappa\omicron\rho\upsilon\epsilon\iota\upsilon\upsilon$, cioè vn pesce capone.

L' E S T A T E spesso si prende, ha la carne dura, non è lodato da quelli, che attendono alle delicatezze della gola, è bianco, & nero, ma il bianco è migliore. Non è ancora ben conosciuto con l'esperienza, che gioua alli paralitici (come alcuno si pensa) così ancora se quella pietra piccola trouata nel suo capo, & attaccata al collo delli putti, li risana del trabocco del fiele.

La qualità del pesce capone.

È di due forti, & quale è migliore.

D'vn'altro pesce capone.

A L C V N I lo chiamano cuculo, in Greco $\nu\omicron\upsilon\upsilon\zeta$, da alcuni è stimato, che sia ò il citaro, ò certa specie di mullo, qualche si sia si chia-

La qualità di questo pesce capone.

si chiama volgarmente capone, il quale ha la carne bianca, ferma, & friabile, & è superato da pochi pesci in bontà di cibo, è però manco saporito che sano.

Del pesce corneto, in Greco detto κόραξ,
Latinamente coruo.

Come è simile al primo pesce capone.

QUESTO è tanto simile al primo capone, che pare, che sia l'istesso in ogni cosa.

Del pesce forca, il quale da alcuni si chiama capone, ma in Greco, & in Latino Iyra, volgarmente forca.

La qualità del pesce forca.

QUESTO si troua in ogni luogo, ha la carne alquanto più dura, di quella del miluo, poco fa detto, per questo non è molto desiderato, anzi s'ha quasi da tralasciare, come quella del miluo.

Del lupo, cioè della spigola.

La qualità della spigola.

LA spigola la quale da Greci si dice λάβραξ, da Latini lupus, si crede, che sia di succo sottile, è posta tra pesci sani, se è presa l'inuernata, & massime nel mese di Gennaio, dicono che ha il sapore soauissimo.

Quando è migliore.

Del cefalo.

Quale sia il cefalo. Quale è il buono cefalo, & quale il cattino.

IL cefalo è posto tra le specie del mugile, quello che si ferma ne stagni, & ne fiumi, come dice Hippocrate è graue, & cattino, ma quello che sta nel mare, è molto grato al gusto, onde per questo mangiandosene assai, produce spesso dolore di testa: la sua grassezza è inimicissima a l'huomo, come dice l'istesso Hippocrate.

Come il grasso del cefalo è nimico a l'huomo.

Dell'orata in Greco ορχυσοφρος.

Qualità dell'orata doue si piglia la più buona, & la manco buona.

QUESTA si crede che sia di assai buon succo, ma però si cuoce con difficoltà, quella che viene da Taranto, è stimata la migliore,

glior, ma non così quella, che si vede a Roma, l'estate si piglia di raro, ma l'inuerno più spesso, quella è miglior mercato, questa è poi migliore.

Quando è migliore.

Del dentale in Greco δυνόδωρ.

MOLTI credono, che questo sia un saporito pesce. Nicesio ha detto che da copioso nutrimento, ma la parte carnososa più, & la grassa manco, & che stringe moderatamente, & che con difficoltà si smaltisse.

Qualità del dentale. Qual parte è meglio.

Del frauolino.

ECHIAMATO dalli Latini rnbellio, da i Greci ἐρὸδρινος: tra quelli, che si arrostitono è stimato il più eletto, perche è grato al gusto, ne è molesto allo stomacho, come che si possa concedere anco a quelli che hanno la febre, come alcuni pensano, poi che non ha alcuna soprabondantia di humor lento. È commune opinione, che quando passa la grandezza d'uno piede, & mezo, si muta nel pesce dentale. Nicesio vuole, che nella primavera, sia il più eletto, Archestrato nel nascere della canicula, ma a Roma si stima miglior l'inuernata. A fare che questo pesce sia saporitissimo, li leccardi mettono tre conditioni che sia fresco, fritto, & freddo, con patto però che con il metterui sopra il succo del mel rancio, & un poco di pepe, la sua carne s'immorbidisca, & si faccia più saporita.

Qualità buone del frauolino.

Non ha molto lenore: quando il frauolino diuenza in dentale. Quando è meglio.

Tre conditioni accioche il frauolino sia buono.

Come s'accaccia il frauolino.

Del falpa.

QUESTO è ignobile pesce, & plebeo, & da alcuni è chiamato sporco, il quale se non è ben battuto da una bacchetta à penna si può cuocere, l'estate è miglior, se pure ha in se qualche cosa di buono, si cuoce con difficoltà nello stomaco, (come dicono quasi tutti) & genera se non cattino succo, & benche sia dipinto con tanta manifattura, & eleganza dalla natura, la quale dal principio della schena, fino alla coda, l'ha ornato di certe linee dorate, & rosse, distinte con certi interualli, & che passano per li fianchi, bianchi, come argento, nondimeno è rifiutato nelle tauole de' ricchi, come bugiardo, & senza sapore.

Come questo pesce si prepari accioche si cuocia. Di qual tempo è miglior, & le sue qualità.

Bellezze di questo pesce.

Come è cattino pesce.

Del fargone.

Differenza tra il fargone, & l'orata.

Qualità del fargone.

L fargone, ancorche sia simile a l'orata, ha però la schena molto più inarcata, & il ventre più eminente: secondo Niceſio è antiposto all'occhiata di bontà di succo, & di soauità di sapore: oltra di ciò è più aſtrittiuo, & di più nutrimento che l'occhiata, è miglior l'autunno, & l'inuernata, ha la carne dura, & difficilmente si cuoce.

Dell'occhiata.

L'occhiata quādo è manco cattiuā, & doue si troui.

L'OCCHIATA detto in Greco μαλάνσπος, perche ha la coda nera: è inferiore al fargo, come hauemo detto; l'inuernata, & l'autunno è manco cattiuā, a Napoli si vede spesso, a Roma rare volte.

Del Mullo in Greco Ἐγλα.

Le qualità della triglia.

Per qual causa la triglia grande nō è buona.

Il danno che porta la triglia.

QUESTO pesce si chiama triglia dal nome Greco, essendo inuechiato il nome Latino: secondo Galeno ha la carne bonissima sopra tutti gli altri simili a lui, molto friabile, senza lentore, & grassezza, onde si può mettere tra li cibi accommodati alla natura humana: quanto è maggiore, tanto manco è buono, sì perche ha la carne poco soane, & dura, come molti dicono, sì ancho perche quando è fatto grande, mangia facilmente, & presto il lepre marino, il quale è uenenoſo all'huomo: se spesso se ne mangia, si crede che debiliti la uista, & che sia inutile alli nerui.

Della laccia.

Differenza che è tra la laccia del mare, & quella del Teuere.

È molto copiosa di spine. Quādo si prende.

Li difetti della laccia.

ALCVNI Latini la chiamano Aloſa, alcuni Greci θρίσσα, quella che nasce nel mare, è magra estenuata, & senza sapore, quella poi che entra nel Teuere, in pochi giorni si fa tenera, & saporita, perche presto s'ingraſsa, & faria di gran gusto, se non haueſſe tanta copia di picciole spine, le quali passano per tutta la sua carne: si vede rare volte, eccetto che si prende la primauerra, nel qual tempo se ne mangia in copia, perche quando è fresca, è molto saporita questo: ha poi di danno, che attaccandosi troppo alle tuniche dello stomaco, con la sua viscosa, & molta sostanza, & inui lungo tempo fermandosi (come accade

accade anco de gli altri pesci) ò che accresse la sete con gran molestia, ò che fa dormire troppo fuori di tempo.

Del fuaro.

QUESTO pesce veramente non è fuaro, ma tracuro (secondo alcuni) ha la carne dura, & per questo si cuoce con difficoltà, & genera humore grosso, rare volte eccede la grandezza d'un piede, & si suole pigliare d'ogni tempo dell'anno.

Le qualità del fuaro. Grandezza sua, & di qual tempo si piglia.

Dellatarantola.

QUESTO pesce si crede, che sia il sauro detto in Greco σαυρός, ò σαυρίς, se così è, ha la carne mediocre nella tenerezza, & nella durezza, come dice Galeno, ma si troua di raro.

Qual pesce sia la tarantola, & le qualità sue.

Dello scombro, cioè macarello.

LI nostri quā lo chiamano macarello, Venetiani scombro, nella primavera s'ingraſsa, & s'intenerisse: in questo tempo si può mettere tra li più delicati pesci, ne gli altri tempi poi, è del tutto sprezzato, per la sua natural siccità, perche ha la carne assai dura, & senza humore, non cresce quasi mai alla grandezza d'uno gombito, alcuni lo lodano più quando è minore di questa grandezza.

In qual tempo questo pesce è migliore.

Quanto si fa grande questo pesce.

Del merluzzo.

LI Genouesi chiamano questo pesce propriamente asello, Romani scar-mo, & Merluzzo: nel mezo dell'estate, come alcuni scriuono, sta nascosto sessanta giorni, anticamente era posto tra i più nobili pesci, ma perche adesso si nutrisse hora di buono, hora di cattiuo cibo, (come dicono) se sarà molto tenero, & grasso, sarà poco stimato: ma se la sua carne sarà di qualità mediocre, si stimarà assai più.

Come questo pesce si chiama a Genoua, & a Roma.

Quando sta nascosto per sessanta giorni.

Per qual causa hora è poco stimato.

Del merlo, del tordo, della menchia di Re, ò donzella, del perchia, del fuco, & dello scaro.

LA merula si chiama dal vulgo merlo, il tordo è di due sorti, cioè minore, & maggiore, il maggiore anco è di due sorti, l'uno si chia-

ma verdone, l'altro è rosso, si potria dire rossone ma sin' hora non gli è stato posto alcun nome volgare: la Iulia ouero Iulis, a Roma, & a Napoli ha un brutto nome, cioè menchia del Re. Perca si dice percia, Phuca, ouero ficis confusamente. anco si dice volgarmente: lo scaro si lascia da canto, perche ancor non si sa, che cosa sia. Questi pesci erano anticamente in grandissimo prezzo, come quelli, che furono posti da Galeno nel numero de' pesci sassatili, & che il nutrimento, che danno non solo è facile da digerire, ma è sanissimo a i corpi humani. A i tempi nostri il fatto non è più in quel modo, perche manifestamente sono inferiori a gli altri pesci, & di bontà di carne, & di sapore, & sono assai peggiori di se stessi, da quello, che erano prima.

Al tempo antico questi pesci erano stimati.

Hor il fatto non è più così.

Della boca, cioè menola.

ALCUNI dicono, che questo pesce più presto si doueria chiamare boopa, che boca, perche ha gli occhi molto grandi, è di natura fecondissimo, & se ne suol prendere assai insieme, & preso che è, si cuoce a mezzo, & si condisse con l'oglio, con l'aceto, & con il mirto, con li quali si conserua, & poi si mette ne i canestri, & così si manda dalli mercanti in diuersi paesi: è pesce vile, & di prezzo, & di bontà, non solo nel succo, ma anco nella carne.

Come si cuoce questo pesce, & come poi si conserua.

Le qualità di questo pesce.

Del gobio, cioè gò.

Quanto questo pesce sia grande.

Quale è il bono.

Quale è il cattiuo.

IL gobio si chiama a Venetia gò. In Roma non ha ancora acquistato alcun nome proprio, perche rare volte si vede, nella grandezza non eccede mezzo picde, quello, che viue nelle riue arenose, & nelli promontorij sassosi, secondo Galeno, è perfettissimo per essere soauo, facile da cuocere, & da distribuire, & anco di bontà di succo: ma quello, che sta nella bocca delli fiumi, & nelli stagni, così dolci, come salsi, non è così diletteuole, nè di buon succo, nè così facile ad essere cotto.

Della frittura.

Qual sia la frittura, & di quante sorti di pesci si compona.

TVTTI questi pesci, quando sono ancora più piccoli della sua natural grandezza, si vendono sotto nome di frittura, la quale è una compositione di molte sorti di pesci, che per la loro piccolezza, si frigono nell'oglio, si come sono le piccole iriglie, boche, scombri, tracuri,

tracuri, pagri, orate, & per questo con una voce, si chiamano volgarmente frittura:

Della farda pesce S. Pietro, fardone, sperone, & alece.

LA farda delli antichi, è molto differente dalla nostra, perche quella (come si pensò Plinio) è una specie di pelamis, questa è chiamata trichia da molti, che sono venuti dopò lui: ha la carne nè troppo lenta, nè troppo friabile, in qualunque modo, che sia cotta, ò alecco, ò a rosto, ò frita, sempre piace: Nel tempo dell'autunno si crede, che sia migliore, perche è più grassa.

Come la farda, è hoggidi differente da quella delli antichi.

La qualità sua.

Di qual tempo è migliore.

Il sardone è chiamato da alcuni chalcis, è quasi del tutto simile alla farda. Ma il pesce chiamato sperone, è ben simile al sardone nella figura, ma non nella virtù, perche è insipido di vil prezzo, & pieno di scaglie. Per alece alcuna volta s'intende la scolatura delli intestini de' pesci: alle volte un certo pesce molto piccolo; quello, che volgarmente si dice alice, si crede, che fosse detto in Greco ἀλίς, & da Latini apua, si potria mettere al paro con la farda, per conto della bontà, se non fosse assai minore.

Apua, cioè pesce ignudo.

Della scorpena, chiamata a Roma scorfanello, & dello scorpio, detto a Roma scorfano.

QVESTI pesci sono differenti l'uno dall'altro, perche la scorpena è minore, il scorfano è maggiore, quella ha del nero, questo ha del rosso: quella è manco stimata, & questo più: quella non è in uso, se non appresso la plebe: questo è posto alle volte sopra la tauola de' ricchi, l'uno, & l'altro ha la carne dura: ma questo auanza quella, perche da maggior nutrimento, & è più soauo al gusto.

Qual differenza sia tra questi due pesci.

Del pesce prete.

QUESTO pesce è chiamato dalla maggior parte de' Greci ὑπα-
νίσκοπος, da altri ὑπεροβύτης. Li Latini lo chiamano dal vocabolo Greco uranoscopo, ha la carne dura, & insipida, & non è in uso, se non appresso a poveri, & plebei, & è lasciato da ricchi.

La qualità del pesce prete.

Del

Del pesce san Pietro.

ALCUNI pensano che questo pesce si chiami in Greco χαλκιδες, in Latino Faber. A Roma rare volte passa la misura d'un gom-bito, ha la carne alquanto tenera, & friabile, nè è in tutto insoave, & si stima, che non sia di mal nutrimento, però non è in tutto rifiutato da' ricchi.

Quanto è grande questo pesce. La qualità sua.

Della tragina.

LA tragina, è trascina in Latino si dice draco marino, in Greco δράκων. Secondo Galeno tutti quelli, che mangiano questo pesce giudicano, che habbia la carne dura: alcuni altri poi dicono, che nutrisce assai, & non dispiace al gusto, nè manco è di cattivo nutrimento.

La qualità di questo pesce.

Del pesce spada.

IN Greco si dice ξιφίας, in Latino Gladius, quanto più è grande, tanto più ha la carne dura, & insipida, & quanto manco, tanto manco.

Questo pesce, se è grosso, ha la carne dura.

D'un'altro pesce spada.

QUESTO pesce è così chiamato non per il muso, ma per la coda, in Greco è detto αλώπηξ, in Latino vulpes, ouero vulpeculas è duro, & difficile da cuocere come l'altro, & la carne sua puzza di odor di volpe; la plebe a pena lo ricerca, quando è gran penuria di pesce.

La qualità di questo pesce.

Del bronco.

IL bronco da alcuni Greci è detto γούλλος, dalla maggior parte κόγγρος, ha la carne molto dura, & insipida; li ricchi non l'hanno in alcuna stima, eccetto quelli che sono molto leccardi.

La qualità di questo pesce.

Della morena in Greco μύρανα.

QUESTO è pesce vile, la carne sua non nutrisce manco di quella del congro: ma si cuoce, & distribuisce con difficoltà, per la sua natural durezza, & tenacità d'humore.

La qualità di questo pesce.

Del-

Dell'agucchia in Greco βελόνη, in Latino acus.

SI giudica che dia humido, & buon succo, & questo è forse perche è senza grasso, ma poi si cuocia tardi a paragone de gli altri pesci.

La qualità di questo pesce.

Delli pesci d'acqua dolce. Cap. XII.

Dell'anguilla, in Greco ἔγχελυς.

E' MOLTO grata al gusto, massime quella, che viene dal lago di Bolseno, ma è nemica allo stomaco, alle reni, & alle giunture, & si può dire, che non è mai di buon succo, come scrive Galeno, & la sua grassa secondo Hippocrate, è nimicissima a l'huomo: è sempre di danno, quando se ne mangia assai.

Onde vengono le migliori anguille. A quali membri è nemica. Sempre è di cattivo succo. La sua grassa è nimicissima a l'huomo.

Della lampreda.

LE lamprede piccole vagliono poco, ma le grandi si pagano assai, & questo non è senza causa, perche le grandi sono sanissime, & delicatissime nel mese di Marzo, & d'Aprile, nel principio dell'estate se gl'indurisce quel neruo, che gli serue per spina. Si stima che la sua carne non habbia in se alcun difetto, purchè non habbia troppo del duro, del lento, & del grasso: ma se è cotta con condimenti delicati acquista maggior nobiltà, che non ha da se stessa. Quelli che l'acconciano con diligentia, la fanno morir nella maluagia con mettergli una noce moscata in bocca, & chiudergli ogni suo buca con garofani, & poi la mettono in un tegame raccolta in circoli, & vi agiungono dell'auellane trite, della midolla del pane, oglio, maluagia, & buone spetie, & così la cuociono a foco lento con diligenza. Non si è ancora ben conosciuto se nuoce a i nerui, come fa l'anguilla, perche non se ne mangia troppo spesso.

Per qual causa le lamprede grandi sono più care delle piccole.

Quali sono buone, & quali cattive, & per qual causa.

Come si prepara la lampreda a far che sia delicata, & come si cuocia.

Del

Del barbo.

Di qual tempo il barbo è migliore. La qualità della sua carne. Le oua sue sono perniciose.

E PIV' saporito nel principio della primavera, che in tutto il tempo dell'anno: la sua carne non è ferma, nè è friabile, è leggiera per la rarità della sua sostanza, & nutrice poco. Le sue oua sono perniciose, & massime del mese di Maggio, perche oltre che prouocano flusso violentissimo di ventre, & di vomito, danno ancora alle volte la morte.

Dello squalo.

Quando il squalo è migliore.

NELLA primavera quando è pregno è migliore, ha la carne più soaua, & più soda che il barbo, & è più sicuro per la sanità.

Del luccio.

Come il luccio è sano, & per qual causa. Come a Roma non è buono.

TRA li pesci d'acqua dolce è stimato il più sano, perche ha la carne senza succo: ma a Roma non ha soauità alcuna, eccetto se è cotto con qualche condimento delicato.

Della trota.

Doue si troua la buona trota, cioè nel lago di Como. Qual effetto faccia la trota grande, & grassa. Nota che la trota è migliore fredda, che calda, poiche è cotta, & così se mangia a Como. Per qual causa nuoce a gli amalati. Nota che alcune trotte vanno contra l'impeto de' fiumi, ancor che calchino da alto come dice il Gio. nel libro de' pesci al cap. 35. Quali trotte si danno a gli amalati.

QVANDO è fresca è bene a cuocerla presto, & poi subito mangiarla, ouero condirla per conseruarla, perche quando è grassa, & molto grande, come se ne troua nel lago di Como, suole perder in pochissime hore tutta la soauità che può hauere. Quella che poi è molto maggiore, & più grassa, si come si crede ch'empia il corpo di molto succo, & che sumministri in gran copia l'umor genitale, così si può dar sicuramente alli sani, ma nuoce poi euidentissimamente a gli amalati, come quella che tardi, & con fatica si sminuzza nello stomaco, & si smaltisce: ma quella che nasce nelli fiumi, & che si stracca per andar contra l'impeto dell'acqua, & che è percossa, & sbattuta per incontrarsi nelle pietre, & nell'acque ineguali, mostra d'hauer li fianchi più ristretti, & la carne più asciutta: onde poi compete di bontà con li pesci sassatili del mare, talmente che alcuni medici non dubitano non solo di concederla, ma anco di lodarla a gli amalati.

Della

Della tenca.

QUESTO pesce veramente non ha nome nè Greco nè Latino, si cuoce con difficoltà, perche il suo gran lentore, & grassezza s'attacca troppo allo stomaco: & perche suole il più del tempo star ne' luoghi fangosi, & si pasce delle sporchezze della terra putrefatta, è anco di cattiuo succo, & quando se ne mangia in copia, suole eccitar febbre massime a quelli, che hanno il ventre stittico: ma in particolare è molto nocua ne i giorni canicolari.

Per qual causa la tenca si cuoce con difficoltà.

Et perche è tanto maliana.

A quali, & quando è di maggior danno.

Delle mustelle Cartilaginose lunghe non piane.

Del pesce palombo.

Cap. XIII.

LA prima specie si dice volgarmente palombo, ouero canosa, da alcuni cane Galeo: la seconda si dice particolarmente scorzone, in Greco γαλιός ἀκανθίας, da alcuni mustello spinoso: la terza γαλιός λείος, mustello liscio. Tutti hanno la carne dura, ma chi più, & chi meno, che è difficile da digerire, & ha un odor puzzolente.

La qualità sua.

Del pesce scorzone, in Greco σκυλίον, da alcuni cagnolo maggiore.

Et anco pesce Gatto, da alcuni cagnolo.

NE' l'uno nè l'altro si suole usar nelli cibi, come la vulpecula, per la durezza, & lentore suo insieme con il cattiuo odore.

La qualità cattiuo di questi pesci.

Del pesce porco.

IN Greco si dice κεντρίνης, ouero κεντρίνα, in Latino si può dire centrina; a Roma si uede di raro: la sua carne si dice, che è durissima, & molto viscosa: si suol mangiare a pena dalla più vil plebe: ha

La qualità del pesce porco, & del suo legato.

X il

il fegato tenerissimo, ma insipido, il quale quando si frigge manda fuori gran quantità d'oglio.

Delli pesci cartilaginosi piani.

Del martin pescatore, in Greco βατραχος αλιος, in Latino rana piscatrix, ouero marina.

La qualità di Martin pescatore.

HA la carne viscosa di mal odore, & di mal succo, talche con ragione è rifiutato anco dalla più vil plebe.

Della torpedine, & pestinaca marina, cioè occhiatella, & bruco.

Come si chiama l'occhiatella in Latino, & in Greco.

L'effetto cattiuo di questo pesce.

LA torpedine chiamata in Roma occhiatella, in Greco τειραν, mentre che viue, ma non già quando è morta, come quasi tutti si pensano, col toccare o d'appresso, o di lontano, ancor per mezzo d'un basta tutto quello, che sarà in mano a qualcuno, gli lega, & gli mortifica talmente le braccia quantunque forti, & li piedi quantunque veloci, che non si possono più mouere.

La qualità di questi pesci.

La pestinaca poi a Roma si chiama bruco, in Greco τριγων: nella coda è armata d'una punta velenata, con la quale (se non è tagliata via) da la morte ancor che sia morta. Galeno però nel terzo de gli alimenti mette, che queste due sorti di pesci hanno la carne molle, soane, & che facilmente scende al basso, nè manco è difficile da cuocere, & che da mediocre nutrimento, come fanno tutti quelli cibi, che hanno la carne molle, ma questo non si può conoscere, se non con l'esperienza: di questo certo noi non potemo fare alcuna fede, per non hauer mai hauuto ardire di gustar alcuno di essi, come quelli, che con ragione temiamo da quella il torpore, & da questa la morte, o morta, o viua che sia. Et è cosa ragionevole, che se la pestinaca morta può amazzar l'huomo con la sua punta velenosa, che anco la torpedine, benchè sia morta, possa produrre il torpore ne' membri humani. Ma forse questo non è stato auuertito da alcuno, percioche si come il torpore fa li membri mal atti al moto, così ancora produce nell'animo una tal dapocaggine, per la qual l'huomo non sa dichiarare il suo proprio male.

Come l'Autore non ha gustato alcuno di questi due pesci.

In qual modo forse non si conosce il danno della torpedine.

Del-

Dell'aquilone, detto in Greco αετος.

QUESTO è simile alla pastinaca con la punta alla coda non manco velenosa, è poi peggiore perche ha la carne più dura, & più insipida.

La qualità di questo pesce.

Della raia.

LA raia volgarmente si dice mucosa, & bauosa, & in Greco λεύκις, & in Latino leuiria. Vn'altra raia detta stellare, quando è minore si chiama arzilla, l'una, & l'altra è cibo plebeio, & ha la carne difficile da cuocerè, hã il fegato tenero, & saporito.

La qualità della raia, & del suo fegato.

Del rombo, & del passero.

SI crede, che il rombo habbia il primo luogo tra li pesci piani, & è in ogni tempo, & in ogni luogo delicato, & sano: pur è più lodato nell'inuernata, che nell'estate: ha la carne bianca piena d'humore sodo, & è di molto, & sano nutrimento. Il passero è molto inferiore al rombo.

Il rombo è delicato, & quando è più lodato.

La qualità sua.

Della solea, ouero linguata.

LA linguata è in gran credito tra l'abbondanza de gli altri pesci, & è lodata l'inuernata fritta, & condita col succo di melarancio, & col pepe. Si crede, che nutrisca leggermente, & che facilmente si cuoca, & che non lasci a dietro nella seconda digestione delle vene, & del fegato, alcuna sorte di superfluità escrementosa, che possa portar danno. Galeno poi dice asseriuamente, che è più molle, più soane, & più eccellente, che non è il passero.

In qual tempo la linguata è più lodata, & come si cuoce, & le qualità sue.

Quello che dice Galeno in honor della linguata.

Del polpo.

IN Greco si chiama πολύπους, Hesiodo lo chiama ἀνόμενος, in Latino polypus, alcuni dicono, che è pesce libidinosissimo, & per questo è forse incitativo al coito. Se è grande, & cotto allesto, humetta il ventre, & conforta lo stomaco: alcuni dicono, che inanzi, che si cuocia, si deue tagliar con vna canna, perche il ferro l'infetta, & lo fa di-

Per qual causa il polpo è incitativo al coito.

Li effetti suoi buoni.

Come si deue tagliar con vna canna, & non col ferro.

Come il polpo è molto infipido.

uentar cattiuo, è tanto infipido, che non si mangia, se non dalla più vil plebe, eccetto in luogo di medicamento.

Della sepia, in Greco *σντία*.

Le qualità della sepia.

HA la carne molto dura, & infipida, & difficilmente si cuoce. Li ricchi non se ne curano, & la lasciano alli poveri: alcuni dicono, che prouoca il flusso delle hemorroide, ma questo non si sa certo. Il suo humor nero, mangiato poi che è cotta (come dice Dioscoride) si cuoce con difficoltà, ma mollifica però il ventre.

Del calamaro, in Latino *loligo*, in Greco *λεπιδύς*.

Come il calamaro è miglior della sepia.

Come graua lo stomaco d'indigestione.

Quello che dica Galeno di questi tre peici.

SI stima, che habbia la carne manco dura, & più facile da cuocere della sepia. Se è piccolo è stimato assai a i nostri tempi, così bene allefso, come fritto, per esser assai tenero, & saporito. In qualunque modo però che s'acconci, graua sempre lo stomaco d'indigestione. Ma Galeno ha scritto di questi tre, cioè del polpo, della sepia, & del calamaro, & di altri simili, che hanno la carne dura, & che sono difficili da cuocere, & che hanno in se vn poco de succo salato: ma se però nello stomaco saranno ben concotti, non daranno poco nutrimento al corpo: con tutto ciò per la maggior parte generano succo crudo.

Della rana. Cap. XIII.

Come le rane sono contrarie al veneno delli serpenti.

Quali rane sono migliori, & per qual causa.

Come l'uso di tutte le rane ha in se qualche pericolo, & come.

LE rane se saranno mangiate cotte col sale, & oglio, & che si beua il lor brodo (secondo Diosc.) sono contrarie come Antidoto al veneno di tutti li serpenti. Quelle che hanno gli ostri tanto teneri, che si possono rompere con li denti, sono migliori, & forse questo è perche sono più gioueni. Ma è d'auuertire che bisogna metter qualche differentia perche l'uso di tutti ha in se qualche pericolo, accadendo alle volte, che per mangiar rane, ad alcuno verrà hora il flusso, & difficoltà d'orina, hora l'orinar del sangue con dolore.

Di

Di quelli che hanno la crosta. Cap. XV.

Della locusta, cioè del gambaro rosso di mare, & del gambaro detto volgarmente leone.

LA locusta da alcuni si dice in Greco *νάπυρος*, il gambaro marino, *λέων*, volgarmente leone, & il gambaro d'acqua dolce, sono ben simili, ma quello ha il corpo rosso pontato, & aspero, quest'altro l'ha liscio, & quasi ceruleo, con molte macchie nere, & risplendenti. La locusta, cioè il gambaro di mare si cuoce con difficoltà, ma nutrisce assai, ha in se qualche succo salso, in virtù del quale puo mollificare il ventre, ma se sarà cotta spesso nell'acqua dolce, ferma il ventre. Li gambari stringono il ventre, come dice vn' Auctor Greco, & a pena si cuociono, & massime li grandi d'acqua dolce, ma li piccoli meglio, & le loro code si cuociono più difficilmente, & sono di più grosso succo, che non sono le branche.

La differenza, che è tra il gambaro di mare, & quello di acqua dolce.

Le qualità del gambaro di mare, con qual virtù mollifica il ventre.

Come fermi il ventre. La qualità de' gambari.

La differenza, che è tra le loro code, & le loro brache.

Della squilla, cioè delli gambarelli marini.

LE squille piccole volgarmente gambarelli marini, sono differenti dalli granci, perche hanno la coda, & dalle locuste, perche non hanno le branche. Si cuociono con difficoltà, sono nocive allo stomaco, ma poi giouano a quelli, (come penso) nello stomaco de' quali, li cibi leggieri più presto si corrompono, che si cuociono: prouocano l'appetito di venere, come dice vn' Auctor Greco, vagliono con vna certa sua proprietà, presene i cibi a far che le donne s'ingrandino.

La differenza, che è tra li gambarelli marini dalli granci, & dalli gambari rossi di mare.

A quali giouino, & a quali nociono.

Del cancro, cioè grancio.

IN Greco si dice *κράβη*, si troua in mare, & nelli fiumi, ambridoi, quando hanno lasciato la crosta, danno più tenero, & più soauo cibo. Finalmente li leoni, li granciporri, granci, le locuste, le tuma- che di mare, li gambari, & simili altri (come dice Galeno) sono serrati d'vna sottile scorza, & in quanto alla durezza sono simili a quelli, che hanno la crosta, ma hanno manco humor salso che quelli, se ben ne hanno assai in quantità, hanno tutti la sua carne dura, & per questo sono

Quando li granci sono più teneri, & più soauo.

Quali hanno la carne dura.

sono duri da cuocere, & sono di saldo nutrimento, massime quando sono prima cotti nell'acqua che si beue, la lor carne poi (come quella delle ostriche) quando prima è cotta (come s'è detto) & ha lasciato il succo salso nell'acqua, ferma il ventre, ma si cuoce con difficoltà, non altrimenti di quel, che si faccia con quelli, che hanno la crosta, li quali hanno la carne dura. Oltre di ciò quelli che hanno la crosta, sono più stimati con gli oui, & sogliono farsi grassi quando la Luna è piena.

Delle Lumache.

A quali persone sono vili le lumache.

Differenza delle lumache, & quali sono più & meno stimate.

Danno che portano alcune forti di lumache.

TV TTE si cuociono con difficoltà. Sono però vili a quelli nel cui stomaco le cose che si cuociono presto, si corrompono inanzi, che siano ben cotte, ò terrestri, ò marine che siano: ma queste (come dice Diosc.) escono facilmente del ventre, quelle delli fiumi hanno odore velenoso, quelle che si trouano in terra ne' luoghi esposti al Sole, & che viuono d'herbe odorate sono più stimate, che quelle che stanno ne' luoghi paludosi, & senza Sole. Ma quelle che si trouano attaccate a gl'arbori de' frutti saluaggi, & alle siepi, conturbano lo stomaco, & il ventre, & prouocano il vomito, come dice Dioscoride.

Delli testacei, & massime delle ostriche.

Il succo dell'ostriche moue il ventre.

In qual modo poi ristingano il ventre.

Come l'ostrica non accresce l'appetito del coito, & per qual ragione.

AT V TTE queste è commune secondo Galeno, che contengono nella carne sua il succo salso, il quale poi moue il ventre, & questa attione è in ciascuno di essi, ò più ò meno, secondo la loro qualità, & quantità. Ma quando poi sono più d'una volta ben bolliti, & per questo hanno lasciato tutto quel succo salato, la lor carne si fa ben più difficile alla corrottione, ma poi ferma il ventre. Ma le ostriche tra le altre testacee hanno la carne più molle, per la quale mouono il ventre più efficacemente, ma nutriscono più debilmente. Quelle poi che hanno la carne più dura, si cuociono con più difficoltà, ma il lor nutrimento è più fermo. Colui che pensa che le ostriche accrescano l'appetito del coito a quelli che vi sono inclinati, è in errore, ingannato dalla spetie del seme, perche paia che la sua sostanza gli sia molto simile, perche si genera seme assai, quando si mangia assai, & che quel che si mangia, si cuoce bene, poiche il seme è l'ultimo, & più perfetto alimento del corpo. Ma la carne delle ostriche non è veramente di tal sorte, se con diligenza contempleremo l'esperienza, nella qual l'huomo re-

sta

sta spesso ingannato. Si come ancora la carne delle lumache grandi con la medesima proportionione ha ingannato, & offeso molti.

Delle concule, cioè pettini, cioè cappefante, ò pettuncoli.

SONO di natura, & di sapore simili alle ostriche, ma qualche volta sono velenose, come interuenne due, ò tre volte al tempo di Paolo Terzo, che quasi tutti quelli, che ne mangiauano, moriuano l'istesso giorno, ò la notte seguente.

Come li pettini, le cappefante, & pettuncoli sono velenosi.

Delle telline.

SONO assai grate al gusto, ma hanno in se molta arena, della quale purgate riescono molto saporite. Le fresche (secondo Dioscoride) fanno lubrico il corpo, & massime il suo brodo.

La qualità delle telline.

Della testudine, cioè tartaruca.

QVESTA ha la carne difficile da cuocere, come hanno ancora gli altri animali testacei: onde li Medici moderni meritano di esser molto ripresi, li quali la danno ordinariamente a quelli, che sono molti estenuati, & che hanno lo stomaco debole, come cosa che sia di gran ristoro, & non conoscono, che gli nuoce fuor di modo, per hauer la virtù tanto debole, che non la possono cuocere, come la esperienza insegna. Ma s'ingannano per questo, cioè che conuengono solamente a quelli stomachi, come hauemo detto poco di sopra, ne' quali le cose facili da digerire si corrompono prima, che siano ridotte a tal qualità, che possano nutrire, talche le cose alquanto più difficili da cuocere, com'è la carne della tartaruca, si cuociono meglio, & come si dene. Quella che si troua nelli boschi è migliore di quella, che si troua nell'acqua. Il suo sangue (secondo Auicenna) gioua al mal caduco, & l'ouo gioua alla tosse di quelli putti che lattano.

Le tartaruche hanno la carne dura. Errore de' medici moderni.

La causa perche questi medici siano in errore.

Quali tartaruche sono migliori. Il sangue suo, & le oua a quali giouano.

L'echino marino, cioè riccio di mare.

QVESTO è comodo allo stomaco (come dice Dioscoride) lubrica il ventre, & prouoca l'urina.

Li effetti buoni del riccio di mare.

Fin' hora

Fin' hora hauemo trattato de gli acquatici, & forse molto più di quello, che era il bisogno, ma ho più presto voluto esser superfluo in questo, che lasciar le cose necessarie, per esser ostinatamente breue.

Delle carni. Cap. xvi.

PASSIAMO alle carni de gli animali terrestri, & volatili. Tutti gli animali domestici perche hanno la carne più humida, & più grassa, danno il nutrimento più facile a risolversi, che non fanno li seluaggi, che sono più asciutti, perche la lor carne è più soda, & con più difficoltà si corrompe, che quella delli domestici. Oltre di questo gli animali gioueni sono più humidati, più facili da cuocere, & più lubrichi, che non sono li grandi, eccettuando però la carne di porco. In somma la carne, che cresce tanto di uccelli, quanto di quadrupedi, è molto migliore, che non è quella de gli animali, la cui età è in declinatione. La carne poi de gli animali, che sono sul fior dell'età, è in mezzo tra l'una, & l'altra. Quella de' troppo gioueni, & molto vecchi, è pessima, ma per ragioni diuersè, perche quella de vecchi, per esser dura, secca, & neruosa, è molto difficile da cuocere, & di poco nutrimento: quella poi de' troppo gioueni, è mucosa, humida, & piena di escrementi, benchè ha questo di buono, che esce facilmente dal corpo, per il ventre.

Oltre di questo tutte le carni, ancor che siano delli stessi animali, sono buone, & cattive secondo la varietà de' luoghi, doue si nutriscono: perche quelli, che mangiano herbe odorate, come è il serpillio, timo, menta, & altre simili, che nascono ne' luoghi montuosi, sono sempre migliori, & più soauis: per il contrario quelli, che si pascono di herbe senza odore, humide, & insipide, & che nascono quasi in tutte le valli, sono ingrati, & senza sapore. Quelle anco nutriscono più, & queste meno: quelle danno più forza, & queste meno: quelle fanno gli huomini più agili, & queste più pigri, hauendo rispetto alla quantità della carne.

Di più tutte le carni tanto secche quanto humide riscaldano, perche sono composte di più sangue, che gli altri cibi, il quale è sempre accompagnato con notabil caldo, & però gli animali, che hanno più sangue, scaldano molto più, & quelli, che n' hanno meno, scaldano meno. Quelli poi, che hanno più del secco, scaldano & essiccano: ma quelli,

La carne de gli animali, domestici, è più humida, & più risolubile, che quella delli seluaggi.

Gli animali gioueni, sono più humidati, che li vecchi, eccetto però il porco.

La carne de gli animali, che crescono, è migliore di quella de gli animali, che calano.

Quella de' troppo vecchi, & troppo gioueni, è pessima per diuersè ragioni.

Gli animali, che stanno ne' monti, fanno le carni migliori, & per qual ragione.

Gli animali, che stanno nelle valli, fanno le carni peggiori, & per qual ragione.

Tutte le carni riscaldano, & la ragione di tal effetto.

Le carni secche scaldano, & asciugano, le humide humettano, & lubrificano il ventre.

che hanno più dell'humido, tutte scaldano, & humettano, & appresso hanno più del lubrico.

Quelle che sono troppo bollite, & arrostate, perche in ambedue si consuma l'humido naturale, danno poca forza, & con difficoltà si cuociono. Ma se sono mediocrement bollite, & arrostate, danno anco mediocrement forza. Et le arrostate giouano più a quelli, che stanno in esercizio grande, come le bollite giouano a gli otiosi. Quelle che non sono ben cotte danno forza, & sono utili per durar fatica, ma si cuociono difficilmente nello stomaco: & così le carni de gli animali ammazati di fresco, danno più forza, che quelle, che sono frolle. Al fine le carni arrostate, & fritte sono più secche: le bollite nell'acqua dolce, danno il nutrimento più humido. Ma per raffrenar l'appetito della gola, le bollite sono migliori, che le arrostate, perche quelle si cuociono più facilmente, ma nutriscono meno, & sono meno appetitose, & grasse: per la qual cosa non mangiandone l'huomo troppo, sogliono prohibire la gran pienezza, & spesso anco prohibiscono la indigestione. Le grasse causano caldo, & le magre grauezza al corpo. Le carni anco dense, grasse, & graui sono utili a quelli, che stanno in continuo esercizio, ma le rare, & sottili, & leggieri sono utili a gli otiosi: ilche si conosce a molti segni, ma principalmente nel cuocerle, perche queste si cuociono presto, & quelle in molto tempo. Oltre di questo le carni danno il nutrimento più copioso, & che dura più tempo, che non fanno li semi, l'herbe, li frutti, & li pesci, perche il suo succo non è così flussibile, nè così facile a risolversi, nè di così poco corpo, ma fermo, denso, & più fibroso, & è tale quale richiede la conditione dell'ultimo nutrimento. Et benchè il succo del frumento paia il medesimo con quello della carne, se però la loro quantità sarà eguale, il frumento nutrisce meno, che la carne. Et benchè il succo d'alcuni altri cibi, come dell'anguilla, & del cascio, si attacchi assai bene per il suo lentore: nondimeno perche quel lentore è troppo, non può così bene penetrare alli membri, che possa dar buon nutrimento, ma fermandosi il più delle volte intorno a i luoghi esteriori, è prima liquefatto dal calor dell'animale, & poi fatto più sottile, va errando per il corpo, onde poi nascono le distillationi, & dolori delle giunture. Si che poi, che le carni danno un succo più, & meno fermo, copioso, denso, lento, fibroso, sono bene di buon nutrimento; ma si deuono pigliare in tanto meno quantità del pane, & de gli altri cibi, quanto che se se ne piglierà in copia, & massime benendo ancora insieme vino, riempiono più facilmente le vene, per la qual

Le carni, che sono troppo bollite, & arrostate, danno poca forza, & perche.

Le carni arrostate sono utili a quelli, che fanno gran de esercizio, & le bollite a quelli, che stanno in orio. Le carni mal cotte, danno più forza.

Le carni fresche, danno più forza, che le frolle.

Le arrostate sono più secche, le bollite più humide.

Le carni bollite sono più sane, che le carni arrostate, ma meno grate. L'effetto delle carni grasse, & delle magre.

Le carni dense, grasse, & graui a quali hanno di utile, & di danno.

Le carni danno il nutrimento più copioso, & più durabile, che gli altri cibi, & perche.

In qual modo il frumento nutrisce meno, che la carne.

In qual modo il molto lentore d'alcuni cibi non può dare buon nutrimento.

Come le carni si deuono mangiare in meno pelo del pane, & perche.

Li mali effetti, che nascono dalla carne, quando se ne mangia troppo. Come la carne è cibo conueniente all'huomo.

Come la carne non genera carne, & perche.

cosa sono poi causa di stracchezza, o puZZor di fiato (come accade nelli cani, & ne' putti piccoli) o amarezza di bocca, o sete, o alla fine producono notabile putredine. E' verò che la carne è cibo più conueniente all'huomo, che gli altri nutrimenti, perche ha gran simiglianza con la natura humana. Ma che la carne generi carne (come si dice volgarmente) è cosa da ridere, perche a questo modo anco il sangue generaria sangue, & saria buonissimo nutrimento: la qual cosa però non riesce, ma è conueniente, perche (come hauemo detto) genera un succo, il quale, se si piglia con misura, da forza al corpo, come fa il vino all'animo.

De gli animali quadrupedi. Cap. xvii.

Della carne di vitello, & di vaccina.

Buone qualità della vitella mongana.

DI quella de' quadrupedi, la carne di vitello, che a Roma si chiama mongana, è la più eccellente, & massime se sarà frolla, & che il vitello ancora latti, & che non sia di troppo poca etade: percioche questa & nell'odore, & nel sapore, & nella vista, (perche è bianca) è molto diletteuole, & facile da cuocere, & da smaltire: ma quella, che si chiama camporeccia, è assai inferiore a questa.

Qualità della vaccina. A quali è di uile, & a quali è di danno.

Come la vaccina possa generar humor melancolico.

Come il suo brodo è buono al flusso di corpo.

La vaccina è robusta, ferma il corpo, con difficoltà si cuoce, è uile a quelli, che fanno continuamente grande esercizio, ma è di danno a quelli, che stanno in otio. Molti hanno detto, che genera humor melancolico: ma questi hanno hauuto tal opinione, prima che l'habbiano conosciuto con l'esperienza, perche realmente non si troua, che così sia, eccetto se alcuno vorrà dire, che per esser difficile da cuocere nello stomaco, l'huomo ne sente qualche disturbo, per il quale poi si contrista, & da questo sia stato giudicato, che generi humor melancolico. Il brodo suo raffrena il flusso di corpo causato da colera, come dice un' Autor Greco.

Della carne di bufalo.

Le qualità della carne di buffalo.

E' cibo da Giudei.

LA carne sua in vista è bella, per esser bianca, ma al tatto è lenta, & grossa: si cuoce difficilmente; se è fresca, oltre che è molto ingrata, moue anco il flusso di corpo, se è salata manco offende, & è più saporita. E' cibo da Giudei. Il suo lombo, il fegato, la lingua, & le

le mamelle delle bufale, che lattano, sono molto stimate, & pare che siano in qualche conto non solo appresso gli Hebrei, ma anco appresso molti nobili Romani.

Quali siano le parti sue, che siano stimate.

Della carne di capretto, di capra, di becco, di montone, & di toro.

LA carne di capretto perche suole hauer in certo modo l'odor del becco, è superata da quella di vitello, per la soauità dell'odore, & perciò alcuni per non sentir quello odore, poi ch'è cotta, la mangiano più presto fredda, che calda: moue il corpo col suo lentore, che però è poco. Se è conseruata acciò s'infrollisca, non si fa così tenera, come quella di vitello. Si dà a conualescenti, & si crede, che porti danno a quelli, che patiscono dolor colici; & che il polmone suo mangiato inanzi che si beua, preserua l'huomo dall'embriacchezza. La carne di capra, oltre che ha tutti li difetti della vaccina (si come dice Hippocrate) genera flatu, & rotti, & è causa della passione colerica: è di natura di succo vitioso, & acre, come dice Galeno. Quella di becco è pessima, sì per esser difficile da cuocere, come per esser di cattiuo succo, dopò la quale è quella di montone, & poi di quella di toro.

La causa perche la carne di vitello auanza in bontà quella di capretto. Per qual causa la carne di capretto si mangia fredda, & non calda. Le qualità sue. A quali sia uile, & di danno. Qualità del suo polmone. Danni, che porta la carne di capra.

Della carne d'agnello, di pecora, & di castrato.

QUELLA d'agnello, & massime d'un'anno, è sempre più leggiera di quella di pecora, come dice Hippocrate. In alcuni luoghi, come a Padoua, non solo auanza in bontà, & in sapore quella di pecora, ma anco quella di castrato: ma a Roma è tutto l'opposito. Quella che è cotta a rosto, è più lodata, che la bollita, nuoce a' corpi humidu: è peggiore, & peggio si cuoce quanto più l'agnello è giouene; & quanto più è grande, tanto più facilmente la sua carne si cuoce.

La carne d'agnello, è più leggiera, che quella di pecora. Nota che a Padoua è migliore di quella di castrato. L'arrostita è migliore, che la bollita. Quanto più l'agnello è grande, è tanto più bono.

Quella di pecora a Roma non si suol comprare, se non da' poueri, & ben pochi, ma ne' luoghi montuosi perche è migliore, spesso volte si mangia anco da' ricchi.

Quella di castrato a Roma è ben più sana, che quella di pecora, & d'agnello, ma ne' luoghi più vicini, per li pascoli, è più soaue, & più eccellente.

Doùe la carne di castrato è migliore.

Della carne di porco, di porchetta, & di porco seluaggio.

! Come deue esser il porco, se la sua carne ha da esser buona.

L'utile & danno che porta questa carne.

Che il porco non può conuertir in buon succo li nutrimenti cattiu.

Come nell'Isola di S. Tomaso, li porci sono più sani, che qual si voglia altra carne.

La carne di porchetta è ma sana, & perche.

QVASI tutti dicono, che la carne di porco mediocrementemente grasso d'un anno, & massime castrato, è di buon succo, nutrisce affai, lubrica il ventre, pronoca l'orina, si cuoce facilmente, gioua a quelli, che fanno essercitio, ma noce poi a quelli, che stanno in otio, & che hanno lo stomaco humido. Questo certo non si deue admitter delli porci, che si nutriscono in Roma, ma ben di quelli in particolare, li quali si nutriscono d'orzo, o di ghiande, o di simili altri cibi: perche questi di Roma generano ne gli huomini infiniti escrementi, catarri, indigestione, & in somma sono di mal succo, poiche si nutriscono così inconsideratamente di tante sporchezze, & d'ogni sorte di vitiosi, & corrotti escrementi. Nè è vero quello, che si dice, che perche sono temperati di complessione, possono conuertir in buon succo anco li nutrimenti cattiu: percioche quelle cose, che sono atte a nutrire nel principio, sono contrarie al corpo, che nutriscono: per la qual cosa possono a lungo andare più presto mutar il corpo, che si nutrisce, nella sua natura, che mutarsi loro nella natura di quel corpo, come si vede chiaramente, che le carni de gli animali d'una medesima specie, per esser nutriti di tanta varietà di alimenti, sono tanto differenti in bontà & sapore. Come si conosce ancora facilmente, se prouaremo quelli, che sono nutriti nelle valli, & quelli che sono nutriti ne i monti: Et per questo forse accade, che nell'Isola di Santo Tomaso, la carne di porco (come si dice) è più sana, & con più utile si da a gli amalati, che quella di gallina, o qual si voglia carne da noi stimata buona. Nè in questo proposito posso tacer quello, che mi souuene; che per esser in quel luogo grandissima abondanza di Zuccaro, doue poi si gettano le canne, dalle quali s'è cauato il Zuccaro, li porci trouandole, ne mangiano in gran copia, onde poi si fanno tali, come se quasi fossero nutriti di Zuccaro: talmente, che per non rifiutar quest'animale nessuna sorte di cibo, & di tutti facilmente si nutrisca, & s'ingrassi, che venendo poi in uso appresso di noi in luogo di cibo, se sarà nutrito di buoni cibi, ne darà buon nutrimento, se anco sarà nutrito di cattiu, ne lo darà cattiuo.

La carne di porchetta ha in se molti escrementi, genera succo cattiuo, è molto più graue, che non è la carne delli porci adulti, & si cuoce con gran difficoltà.

Quella

Quella di porco seluaggio, sì di grandi, come di piccoli, è miglior che quella de' porci domestici, anzi (come dice l'Auttor della dieta) esica, conforta, & si smaltisse. Il grugno suo a pena si può superar nel ventre, & per concluderla di tutte queste carni poco fa nominate, cioè di boue, di becco, & di porco, le carni delli castrati sono sempre le migliori, ma de' vecchi sono pessime, non solo per esser difficili da cuocere, ma anco per non generar buon succo, ne buon nutrimento.

Della lepre.

LA carne di lepre (come dice Hippocrate) è secca, ferma il ventre, & incita in certo modo l'orina, onde non è marauiglia se, per esser secca, & per prouocar l'orina, Galeno nel terzo, de gli alimenti ha detto, che genera sangue grosso. Che poi induca l'huomo alla melancolia, si può facilmente dubitare, sì perche dalla maggior parte si stima che sia di miglior nutrimento, che la vaccina, & quella di pecora, si ancora perche non vedemo alcuno di quelli cacciatori, che spesso ne mangiano, farsi più facilmente melancolici, che alcun altro. Ma se forse alcuno dirà, che per esser la lepre di poco animo, la sua carne produce melancolia, si potrà rispondere, che il fagiano farà il medesimo, il quale è tanto timido, che visto che ha il falcone, si lascia più presto prendere con la mano dal cacciatore, che hauer ardire di volare. Quest'animale poi ch'è nato d'alquante settimane, quanto è più giouane, tanto è migliore.

Galeno dice, che il coniglio è simile alla lepre, però quando è di mezza età, & assai grasso, non sarà forse inferiore alla lepre, quanto alla bontà del nutrimento.

Della carne di capriolo.

QVANTO manco è secca, & più tenera di quella della lepre, tanto più facilmente si cuoce, & si distribuisce: li medici Arabi l'antipongono à tutte le carni de gli animali quadrupedi seluaggi.

Della carne di ceruo.

LA carne di Ceruo (come dice Galeno) è di cattiuo succo, si cuoce con difficoltà, genera atrabile. Si deue schifar l'estate, perche si nutrisce di vipere, & di serpenti, l'Inuernata si mangia più sicuramente,

Quella di porco saluatico è più sana di quella del domestico. La natura del suo grugno.

La carne delli castrati è migliore, che quella de gli intieri. Perche quella delli vecchi è pessima.

La qualità della carne di lepre.

Come genera humore grosso. Come non induce l'huomo alla melancolia.

Come per esser di poco animo non può fare questo effetto. Nota del fagiano, & sua timidità.

Il coniglio è simile alla lepre.

La qualità della carne di capriolo.

La qualità della carne di ceruo. Perche è peggiore nell'estate.

causa

Effetti cattiu che fa.

causa obstruptione nel fegato, & nella milza: anzi si dice, che se l'huomo ne mangierà troppo spesso, & senza misura, sarà sforzato à tremare, & non se potrà fermare. Comparata à quella del porco seluaggio, come accenna Hippocrate, è più secca, & manco si smaltisce, ma prouoca più l'orina.

Della carne di volpe.

La qualità della carne di volpe, & quando è manco cattua.

LA carne di volpe è dura, ha odor cattiuo: nell'Autunno è manco cattua, perche s'ingrassa dal'vua che mangia.

Della carne del riccio terrestre.

La qualità della carne del riccio terrestre, & suoi effetti.

LA sua carne si deue pigliar più presto per medicamento, che per cibo, percioche, come dice vno, si cuoce difficilmente, & da poco nutrimento, ma poi, come dice Hippocrate, prouoca l'orina, & humetta.

Della carne del ghiro.

Il ghiro nõ si mangia al tempo de gli antichi, ma hora è in molta stima. È inolto grasso, & l'effetto che fa.

AL tempo de' Romani non era licito mangiar questo animale, ma hora è molto desiderato da i leccardi. È ben vero che per esser tanto grasso, leua quasi à fatto l'appetito dello stomacho, è difficile da cuocere, genera succo lento, & freddo. Forse che leuando l'appetito con la sua grassezza, potria esser utile a quelli che hanno la fame canina.

De gli vccelli.

Cap. xviii.

Tutti gli vccelli danno poco nutrimento al paro de' quadrupedi.

TVTTI gli vccelli (come nota Galeno) danno pochissimo nutrimento, se saranno paragonati con li quadrupedi, & massimamente con li porci. Hippocrate poi dice, che sono più secchi, che li quadrupedi. La lor carne è più leggiera, & più facile da digerire. L'arrostita, & non arrostita (come dice Auicenna) stringe il ventre, ecceto forse quegli vccelli, che viuono nell'acqua, perche sono naturalmente humididi. Quelli che di natura sono grassi, se ben sono alquanto magri, sono tanto migliori, per il contrario quelli che sono di natura secchi, quanto più sono grassi, sono migliori. Li seluaggi sono manco humididi

che

La sua qualità. L'arrostita, & non arrostita stringe il ventre.

Quali di essi sono migliori, & non migliori. La differenza che è tra li seluaggi, & li domestici.

che li domestici, hanno la carne più sottile, & più facile da distribuire. Li domestici sono di maggior nutrimento, & più temperato. Et di questi gli vccelli, che viuono alla campagna, & all'aperto sono migliori, che quelli, che s'ingrassano nelle corti. In somma perche tutti gli vccelli comparati vnueralmente alli quadrupedi, sono secchi, si deue far clettione delli più gioueni, nel modo che hauemmo detto, accioche la loro siccità si possa contemperare con l'humido, che è più propinquo al suo nascimento, & à questo modo nutriscono più presto, & più facilmente si cuociono, & anco meglio si distribuiscono per tutto il corpo, percioche tra i cibi famigliari il più humido (come dice Galeno) si come nutrisce manco, così più facilmente si cuoce, & più presto si distribuisce per tutto il corpo.

Gli vccelli gioueni sono migliori, che li vecchi, & perche.

Utilità dell'humidità ne' cibi.

Della gallina, del pollastro, del cappone, & del gallo.

LA carne di gallina, la quale è vicina al tempo di far oua, & di pollastro, il quale ò non habbia ancora incominciato à cantare, ò che poco manca che non canti, da gli Arabi è stimata la migliore di tutti gli vccelli. Dicono di più che la gallina porta augumento all'intelletto, & che il suo ceruello accresce la sostanza del nostro ceruello, & che aguzza l'ingegno. Ma quella che già è in età perfetta, perche è di natura più secca, che non è il suo pollo, stringe il ventre, & però non si deue mangiar cotta arrosto, ma allesto. Dicono poi che li suoi polli humettano il ventre presto, si distribuiscono, giouano à gli occhi, augumentano, & generano sangue buono, confortano l'appetito, & conuengono à tutte le complessioni. Dicono anco che il cappone deue esser antipesto alli pollastri, & alle galline, & che nutriscono molto più.

La carne di gallina, & di pollastro è la migliore di tutte le carni.

L'utile che porta.

La gallina vecchia stringe il ventre. Come si deue mangiare la gallina.

Utilità grãde delli pollastri.

Il cappone è migliore delle galline, & de' pollastri.

Le qualità del gallo.

Il Gallo, massime vecchio, non è buono per nutrimento, ma bene per medicamento, & il suo brodo muoue il corpo, ma la carne lo ferma.

Della gallina d'India.

LA gallina d'India da tutti è chiamato vccello Africano, ma da loro è detto Numidico, da altri è posto tra gli vccelli Meleagridi: Concorre con la carne della gallina nostrana, ma è alquanto più dura, è necessario che per vn pezzo s'infrollisca bene, prima che si mangi.

Come si chiama la gallina d'India. La differenza tra la gallina d'India, & la nostrana.

Del-

Dell'anetra.

Le qualità dell'anetra.
E' migliore arrosto, che allefso.
Le ali sono migliori che le altre parti.
Altri suoi effetti.

L'ANETRA è più humida, & più difficilmente si cuoce: nuoce allo stomaco, & produce putredine. E' più utile cotta arrosto che allefso. Non è inuentione d'esperienza, ma di ragione, che le ali siano migliori, che tutte le sue parti, così come ancora, che facciano la voce, & il color chiaro, che augumentino il seme, & che caccino il flato.

Dell'oca.

L'oca è simile a l'anetra, ma è più dura.
Virtù delli suoi testicoli, & della lingua.

L'OCA è quasi simile all'anetra in queste cose, ma è più dura. Si deue fare elettione della più giouene, come quella, che manco nuoce. Alcuni pensano, che li suoi testicoli mangiati giouino a generar figliuoli, & la lingua giouino alla difficoltà dell'orina.

Delli colombi, & delli palombi.

Li colombi sono, & domestici, & seluaggi.
La qualità delli seluaggi.

LI colombi alcuni sono domestici, & che habitano ne' muri, alcuni sono seluaggi: questi si chiamano palombi, quelli altri propriamente colombi. Li seluaggi più volgarmente si chiamano palombelle, che hanno la carne dura. Li domestici murali, parte habitano nelle stanze, parte fanno i loro nidi nelle Torri, o altri simili luoghi. Li Torriani (per dir così) sono migliori, & più sani. Li domestici hanno il succo più escrementoso, & sono più graui. Si crede che giouino alle reni, e che augumentino il seme, & il sangue, che eccitino la febre se spesso si mangiano, che causino infiammatione di gola, che offendino la testa, & gli occhi, & che produchino la lepra: ma poi che giouino a quelli, che hanno poco sangue, & a cui manca il calor naturale. Et la loro testa mangiata causa lungo dolor di capo. Si deue fare elettione di quelli, che incominciano a volare. Vn' Autor Greco dice, che sono più lodati la primavera, & l'autunno, che l'estate, & l'inuernata. Gli Arabi poi commandano, che non si deuno nè mangiare nè manco cuocere, se prima non se gli è tagliata via la testa, & il collo.

Del pauone, & della grue.

Le qualità cattive del pauone, & per che è stimato.

L pauone ha la carne durissima, come ha anco la grue: è più stimato non perche sia migliore, ma perche vale più quando è vino.

Ambi-

Ambedui a pena si possono mangiare se non sono ben frolli. Se il pauone induce l'huomo a melancolia, come alcuni hanno creduto, sarà per la ragione, c'hauemo detto, che lo fa la carne vaccina.

Come può il pauone indurre l'huomo a melancolia.

Della pernice.

LA pernice (come pensa un certo Greco) ferma il ventre, genera sottil sangue, & se lo troua grosso, lo estenua. E' incitatina alle cose Veneree, augumenta il seme, ingrassa, proibisce la putredine, gioua a gli otiosi, & a quelli, che non fanno essercitio, alli deboli, & a quelli, che hanno lo stomaco humido: si deue fare elettione delle più giouani, che si dicono perniconi, & non s'ha da mangiare, se non frolla. Si dice, che il suo fegato gioua a quelli, c'hanno il mal caduco.

Le qualità buone della pernice.

Quando è migliore. il fegato a chi sia buono.

Della starna.

LA starna è spesso uguale in bontà alla pernice, & qualche volta è migliore: però quando l'huomo ha copia d'ambidue, deue pigliare quella, che più gli piace.

La starna è simile alla pernice.

Della gallina seluaggia.

QUESTA si dice in volgare gallinaccia, da' Latini non senza causa gallinago. E' quasi simile alla carne della pernice, se bene è più presto inferiore, che altrimenti.

La gallinaccia è simile alla pernice.

Della coturnice volgare.

LA coturnice è stimata specie di pernice, ma è alquanto maggiore. Ha il becco, & li piedi rossi: è più lodata della pernice.

La coturnice è migliore della pernice.

Del fagiano.

L fagiano (come alcuni pensano) non solo sta in mezzo tra il capone, & la pernice, ma è più eccellente di tutti quelli uccelli, che hauemo raccontato, pur che si mangi frolla, come conuiene. Ma il giouine senza dubbio precede tutti gli altri. Nondimeno ancor che la gallina, il cappone, la pernice, la gallinaccia, la coturnice maggiore,

Il fagiano frolla è migliore di tutti questi uccelli.

Z che

Il danno che portano tutti questi uccelli.

che è specie di pernice, & finalmente il fagiano, siano molto lodati per generar buon nutrimento: con tutto questo perche hanno la carne secca, & massime nel petto, la qual piace tanto sopra tutte l'altre, tutti questi stringono il ventre, & danno poco succo per nutrimento del corpo, & insieme si cuociono, & si distribuiscono con difficoltà.

Della quaglia.

La quaglia è peggiore di tutti, & il danno che porta.

Quando è peggiore.
Per qual causa si malfana.

Quando è più sicura.

LA quaglia si chiama particolarmente coturnice: è stimata la peggiore di tutti gli uccelli. Si corrompe presto, & rende l'huomo facile alle feбри. Nella primavera, quando torna, è senza sapore, & di mal succo: muoue il mal caduco: si pasce spesso di elleboro, per la qual cosa nuoce anco più spesso. Quella che si troua col suo primo stomaco pieno di frumento, è più sicura. Si ha da fare elezione della più grassa, & della più giouine.

Della folica, & della detta pauoncella.

Perche la folica sia cattiuu.
La pauoncella non è tanto cattiuu.

LA folica è di cattiuo sapore, non solo perche ha l'odor de' pesci, de' quali si nutrisce, ma anco perche ha la carne dura. La pauoncella poi leuato l'odor de' pesci, non dispiace tanto quanto fa la folica.

Della tortora.

La qualità della tortora.

LA tortora è di natura molto secca, stringe il ventre, angumenta il seme, & il sangue (come alcuni pensano) conforta l'intelletto, & acuisce l'ingegno. Se è grassa, & giouine, è più sana, & più saporita.

Delli uccelletti piccoli.

Tutti gli uccelli piccoli sono buoni, & sani, eccetto le passere, & li storni.

Errore di quelli, che ingiottiscono gli ossi de' gli uccelletti.

Gli effetti cattiuu, che nascono, quando gli ossetti s'ingiottiscono.

TVTTI gli uccelletti piccoli, che sin'hora sono conosciuti a Roma, leuati li storni, & le passere, se sono gioueni, & grassi si cuociono facilmente, & sono di buon succo, ma li storni, & le passere sono sempre duri, & danno cattiuo nutrimento. Et qui è da notare, che molti con poca consideratione fanno un grande errore, perche mentre che mangiano questi uccelletti, & massime li beccafichi, & gli hortolani, ingiottiscono anco insieme gli ossetti suoi, li quali, se per sorte trouano lo stomaco uoto, come accade spesso a quelli, che uiuono sobriamente, se

te, si cacciano alle volte dentro nelle sue cavità, & lo pizzicano, & lo pongono, & impediscono grauemente la concottione, sin tanto che mescolati con gli altri cibi, cascano a gli intestini. La qual cosa suol durare non solo dui, tre, & quattro giorni, ma molti & molti, & alle volte li mesi, onde ne sequita spesso una grandissima molestia di quelli, che hanno mangiato a questo modo, talche si può conoscere, ch'è bene ingiottir la carne, ma non già gli ossi.

Quanto tempo fuole durate quella molestia.

Delle particelle de' gli animali, & in particolare delle creste, & sottocrete. Cap. XIX.

TRA le parti de' gli animali quadrupedi, quelle che sono più propinque a gli ossi, alle spatule, alle coste, & che si vedono, & che sono tra il cuore, & la testa, si mettono dalla maggior parte, tra le migliori. In somma li membri posti da mano dritta, sono migliori, che quelli di man manca: & quelli dinanti, sono migliori, che quelli di dietro. Et si giudica da quelli medesimi, che li membri, che sono vicini alla coda, sono manco saporiti, & più duri, & con più difficoltà si cuociono, che gli altri, per la qual cosa, questi tali rifiutauo le natiche, ma poi lodano sopra tutto le coscie, & li muscoli bianchi. Tra le parti de' gli uccelli poi, antipongono alle altre, le ali, & il collo; le creste, & le sottocrete delli galli, & delle galline, non sono comunemente nè dannate, nè approbate, come dice Galeno, nel terzo de' gli alimenti. Ma perche di continuo sono sbattute dall'aria, la quale se sarà calda, risolue le parti humide, & ritiene le solide, se sarà fredda, le condensa, & riferma: di qui nasce, che sono dure, nè si possono così facilmente cuocere. Di tal natura è poco meno sono tutte le cotiche, & tutte le forti di pellicine. Et di ciò l'huomo facilmente si chiarirà, se prouerà due, o tre volte nelli suoi pasti ordinarij, di non mangiare altro companatico, che di questa sorte.

Quale parti de' quadrupedi sono migliori.

Quale parti de' gli uccelli sono migliori.

Qualità delle creste, & sottocrete.

Qualità delle cotiche.

Del ceruello.

L ceruello (come dice Galeno) è cibo pituitoso, di grosso succo, tardato al passare, si cuoce con difficoltà, nuoce assai allo stomaco, eccita nausea, distrugge l'appetito. Se è cotto con molto grasso, & mangiato dopo gli altri cibi, muoue il vomito. È peggiore quello de' quadrupedi, che de' gli uccelli, ma quello del porco, & dell'agnello è

Le qualità cattiuu del ceruello.

Qual'è pessimo, & quale non è così cattiuo.

pessimo, quello delle galline, de' capponi, de' pollastri, delle pernici, & de' fagiani non è cattiuo, come gli altri, anzi si crede da alcuni, che sia sano, & utile.

Della midolla spinale, & di quella, ch'è dentro a gli ofsi.

La midolla spinale, è più dura del ceruello. Quella de' gli ofsi, & manca cattiuo, & suoi effetti.

LA midolla spinale è simile al ceruello, eccetto che è alquanto più dura, quella che è ne gli ofsi, è più dolce, più soaua, & più grassa, che la spinale, & il ceruello. Se se ne mangia troppo, causa nausea, lubrica il corpo, & è opinione d'alcuni, che augumenti il seme.

Delle glandule, & delle mammelle.

Qualità delle glandule, & delle mammelle.

TVTTTE le glandule in generale sono soaua, & friabili. Le mammelle, che hanno latte, mostrano da loro non sò che del dolce: per la qual cosa queste quando sono piene di latte, sono molto desiderate dalli leccardi, & massime quelle di porco, che siano alquanto salate poco inanzi. Il nutrimento poi, che si caua da queste, quando sono ben cotte nello stomaco, è quasi simile al succo delle carni, ma se non sono ben cotte, generano succo crudo, & pituitoso, cioè quelle, che sono più humide, lo generano pituitoso: ma quelle, che sono più dure, lo generano crudo. In somma è opinione di quasi tutti li moderni, che se sono d'animali gioueni, & piene di latte, sono di sapore buono, & dolce, & che portano buon nutrimento, ma si distribuiscono tardi.

Quando danno buon nutrimento.

Delli testicoli.

Li testicoli hanno vn poco di puzzone.

LI testicoli, ancorche mostrino d'esser della natura delle glandule, non però sono di così lodato succo, come sono le mammelle, ma hanno non sò che di puzzolente odore, come quelli, che rappresentano la natura del seme, che gli passa per mezzo, come fanno le reni con l'urina. Quelli de' gli animali grandi, che caminano, sono molto più difficili da cuocere, & di cattiuo nutrimento, ma non tanto quelli d'agnello. Quelli de' polli gioueni, sono delicati, di buon succo, & danno buon nutrimento, & massime di quelli, che sono ingrassati, anzi alcuni pensano, che diano tanto nutrimento, quanto pesano.

Quali sono migliori.

Quali sono migliori.

Del-

Dell'occhio.

GLI occhi de' gli animali quadrupedi sono molto desiderati da alcuni. Quelli di vitello, & di capretto, si crede che siano buonissimi, & certo sono soaua, & saporiti, & massime se l'animale sarà grasso: percioche la sua grassa, si come è più pura, & più bianca, che non suole esser nelle altre parti, & non si mangia sola, ma insieme con li muscoli teneri de' gli occhi, così è di soauità grande a quelli, che li mangiano, & quasi non causano alcuna nausea.

Quali occhi sono buoni.

Per qual causa sono buoni.

Della lingua.

IN questo membro è vna certa particolare qualità, & sostanza (come dice Galeno) perche ha la carne più fongosa, & sanguigna, ma per esser spesso piena di salina, si rende humida, & tale qualità produce arco nello stomaco, come dice vno: ma vn altro dice, che se sarà presa con misura, nutrisce temperatamente, ma se non è d'animale giouene, & grasso, è sempre dura, & di cattiuo sapore.

La qualità della lingua.

Quando è dura, & cattiuo.

Delle parti de' gli animali pedestri, che non hanno carne, della cotica, & della cartilagine. Cap. XX.

LE particelle, che non hanno carne, sono le orecchie, grugni, piedi, & in alcuni animali vi si possono aggiungere li labri, se sono molto cartilaginosi, & tutti questi, si come non hanno grasso, così non hanno quasi carne alcuna, & per questo si cuociono con difficoltà, danno pochissimo nutrimento, ma per il lentore, che hanno, (come dice Galeno) passano facilmente per il ventre. Nelli porci li piedi sono migliori, che il grugno: ma questo è poi migliore dell'orecchie, le quali per esser composte solamente di cartilagine, & di cotica, ch'è molto neruosa, come comunemente si dice, con gran difficoltà si alterano nello stomaco: però quelli de' gli animali, che lattano, & de' gioueni, si cuociono con manco difficoltà, ma sono di pochissimo nutrimento. La cartilagine de' gli animali perfetti a pena si può cuocere: ma quella de' gli animali

Quali sono li membri, che non hanno carne.

Qualità di queste parti.

Nel porco li piedi sono migliori del grugno, & questo è migliore dell'orecchie.

Differenza della cartilagine de' gli animali.

Li piedi del vitello sono migliori del grugno, & dell'orecchie.

malì che crescono, se sarà ben tritata in bocca, & poi ben cotta nel ventricolo, da pure nutrimento al corpo, ma è molto poco. Così nelli vitelli, li piedi sono migliori, che il grugno, & l'orecchie, & la medesima proportionione si deue offeruare in tutti gli altri animali, con antiporre sempre li gioueni alli vecchi, & li grassi alli magri.

Del cuore.

La qualità del cuore.

IL cuore con difficoltà si cuoce, & tardi si distribuisce: ma se pure è cotto bene (come dice Galeno) non è di cattiuo nutrimento.

Del polmone.

Le qualità del polmone.

IL polmone per esser quasi come una spongna, se se ne mangia in copia, gonfia il ventre notabilmente, & si come ha in se poco succo, così da anco poco nutrimento. Galeno dice, che è pituitoso, forse perche si cuoce difficilmente, & perche per la sua leggerezza, & rarità scende dallo stomaco molto tardi, eccetto se per esser mescolato con altri cibi, scende a basso con essi, come suole auentire a quelli cibi, che lasciano nello stomaco la flegma, & simili altri humori crudi.

Del fegato.

Quali fegati siano migliori de gli altri. Le qualità del fegato.

IL fegato de gli animali, che lattano, & che sono ingrassati, è migliore de gli altri, ma si cuoce con fatica nello stomaco, atteso che si come nel cuocerlo allesto, o arrosto, si fa più duro, così fa nel ventricolo, & massime caldo. Quando è riscaldato, & ingiottito col sangue, sempre si fa più duro, & repugna alla concottione, eccetto però se prima sarà ben tritato. Il suo succo (come dice Galeno) è grosso, ma non cattiuo, è tardo a passare per li meati. Quello di porco giouine ingrassato è il più stimato di tutti gli altri quadrupedi, ma al giudicio di molte persone è auanzato da quello del capriolo. Quello di gallina, & di cappone è poi migliore dell'uno, & l'altro, alli quali succede quello di oca, & di anetra.

Della milza.

Qual milza è buona, & qual è cattiuo.

QUANDO la milza è rossa, perche il sangue che la tinge, è migliore, non è di così cattiuo succo, come quando tende al verde,
ò al

ò al nero, & per questo quella di porco, & massime giouine, essendo sempre rossa, non è dannosa, come anco quella di molti altri animali gioueni, quando è rossa, come di vitello, di capretto, & d'agnello. Alcuni guidati più dall'opinione, che dall'esperienza, dicono ch'è di sapore acerbo: ma se alcuno gusterà con diligenza quella di porco, non trouerà dentro tal sapore.

La milza di porco non è di danno.

Come la milza non è di sapore acerbo.

Delle reni.

LE reni sono di cattiuo succo, d'ingrato sapore, difficili da cuocere, ma quelle del capretto, che latta sono manco cattive.

Le male qualità delle reni, & quali sono manco cattive.

Delli ventricoli, delle matrici, & degli intestini.

LE matrici, li ventricoli, & gli intestini de gli animali quadrupedi, sono, (come si dice) di mal succo, si cuociono con difficoltà, scendono tardi al basso, & danno pochissimo nutrimento, quelli de gli animali che lattano sono migliori, & più soauì. Il ventricolo de gli uccelli, perche è coperto di carne non molto fibrosa, leuata la membrana di dentro, come si suol fare, si cuoce, & nutrisce, come la buona carne: di tal sorte è quello della gallina, del cappone, & del papero, massime quando sono assai grassi.

La qualità di questi membri.

La qualità buona delli ventricoli de gli uccelli.

Del sangue.

IL sangue di tutti gli animali (secondo Galeno) si deue leuar fuori del numero di tutti li cibi, perche quanto più si cuoce, tanto più si fa duro, a pena si cuoce nello stomaco, nutrisce poco, passa tardi. Quello del porco è manco cattiuo, non è stimato se non dalla plebe.

Per qual causa il sangue è cattiuo.

Quello del porco è manco cattiuo.

Della grassa.

LA grassa, se è presa in copia, produce nausea, satolla presto, leua l'appetito, mette lo stomaco sottosopra, si distribuisce con difficoltà, da cattiuo, & poco nutrimento, lubrica il ventre: ma se l'huomo se ne serue per condimento, non solo non porta danno alcuno, ma è di piacere, & è soauo.

L'effetto cattiuo della grassa.

L'effetto buono della grassa.

De gli oui.

Le qualità buone degli oui.

Il chiaro è più sano del rosso, & per qual causa.

Il chiaro è più foauo, che il rosso.

La differenza tra gli oui per la cottura.

Quali sono migliori di tutti.

La qualità degli oui sperduti.

Il danno che portano li fritti.

Gli oui hanno tre qualità, cioè sono robusti, nutriscono, & gonfiano, & come ciò s'intenda: perche hanno del robusto, perche nutriscono & perche gonfiano.

Come gli oui non generano pietre nelle reni.

GLI oui delle galline sono buonissimi, massime delle giouani, grafse, & calcate dal gallo, ma molto più se sono freschi, nutriscono assai, & presto, augumentano il seme, & massime il lor chiaro, quando sono tremanti, & poco cotti, ancor che altri dicano in contrario: percioche se alcuno prouerà con diligenza, quello ch'io dico, trouerà certo che il fatto sta a questo modo, che se bene il chiaro, come difficil da cuocere, è biasmato da tutti, questo nasce forse perche si piglia o crudo o troppo cotto, ma quando trema, per esser cotto moderatamente, non solo non è duro da cuocere, ma anco, oltra ch'è più foauo al gusto, che il rosso, si cuoce più facilmente nello stomaco, & più presto si distribuisce nelle vene, cosa che facilmente si conosce da quelli, che n'hanno mangiato assai abbondantemente: percioche questi si fanno ben presto inclinati, & pronti al coito. Oltra di questo li oui sono molto differenti per la cottura: percioche alcuni sono cotti assai, altri solamente tanto, che sono alquanto condensati, altri poi solamente scaldati, & secondo queste differenze si chiamano alcuni duri, alcuni tremanti, & alcuni da sorbire. Li tremanti (secondo Galeno) sono eccellentissimi per dar nutrimento al corpo, quelli da sorbire nutriscono meno, ma vanno al basso più facilmente, leuano l'asprezza delle fauci, & qualche volta conturbano lo stomaco. Li duri poi sono difficili da cuocere, passano tardi, danno più grosso nutrimento al corpo. Gli oui poi sperduti (come si dice) nell'acqua, o nel brodo, pur che siano teneri, s'accostano alla natura delli tremanti, ma li fritti offendono le fauci, inaspriscono la voce, si cuociono con difficoltà, & quanto più sono cotti, tanto più sono cattiuu. Finalmente gli oui (come dice Hippocrate) hanno non sò che del robusto, nutriscono, & gonfiano. Hanno del robusto perche da essi si genera vn animale. Nutriscono perche l'ouo è il latte del pollo, gonfiano poi, perche d'una piccola mole si distendono in una grande, & doue alcuni pensano, che facciano la vita breue, & che portino danno a quelli, che hanno pietre nelle reni, & nella vesica, si vede che l'esperienza gli repugna: percioche la maggior parte delle monache, & delli frati, per non mangiar carne, si nutriscono d'oua, li quali (se così fosse) sariano di corta vita, & la maggior parte patiriano di pietra; cosa però che non è stata offeruata da alcuno, nè adesso, nè per il passato.

Del

Del latte.

TRA le spetie di latte, che per ordinario si mangia, & si beue quello di capra è il migliore. Il secondo è quello di pecora. Il terzo è quello di vacca. Ciascuno di questi è di buon succo, nutrisce assai, lubrica il ventre, ma hora più, & hora meno. Quello di primavera è più aquoso, che quello di estate. Il più lodato è il bianco, ugualmente grosso, fatto dalla femina sana, carnosu, & giouine, & che non sia nè troppo vicino al parto, nè troppo lontano, come nella donna dicesi, ch'è buono, quando son passati li quaranta giorni dopo il parto, & che dopoi non sono ancor passati li due anni: percioche quanto più s'accosta al parto, tanto più è aquoso, & quanto più se n'allontana, tanto più è denso, & grosso. È più in uso nel principio dell'estate, che d'altro tempo: percioche nel fine dell'estate, è troppo grosso. Er benche alcuni vogliano, che il latte premuto, o condensato, sia graue allo stomaco, & che mandi cattiuu vapori alla testa, & con difficoltà si cuocia, se però sarà preso col siero, non porta danno alcuno: percioche il siero di nuouo mescolato nello stomaco col latte, porta seco alle vene la più sottil parte, & lubrica il ventre, se piglierà la strada de gli intestini. Oltra di ciò il latte gonfia lo stomaco, & gl'intestini: è di danno a quelli, che patiscono della milza, & del fegato, & che sono soggetti alle vertigini, & alli morbi de' nerui. Se spesso se ne beue, causa dolor di testa, corrompe le gengiue, offende li denti. È d'auuertire, che non si deue pigliare nè con cose acide, nè con pesci.

Qual latte ha il primo loco in bontà, quale il secondo, & quale il terzo.

Di qual tempo il latte è migliore.

Il latte della donna, quanto deue esser lontano dal parto acciò sia buono.

Il latte vecchio si fa grosso. Quando il latte è più in uso.

Come deue esser il latte premuto, acciò non sia mal sano.

A quali persone il latte è cattiuo.

Effetti cattiuu del latte. Con che non si deue pigliare il latte.

Del capo di latte.

ALCUNI pensano, che per la troppa grassezza rilassi lo stomaco, nuoti sopra il cibo, & che faccia scender il cibo dallo stomaco più presto del douere, mandi vapori alla testa, & che generi grosso succo. Ma noi credemo, che sia cibo foauo, che mollifichi il corpo, & per questo non trattenendosi troppo nello stomaco, non può manco offender la testa.

Come il capo di latte non è mal sano.

Del butiro.

IL butiro preso copiosamente solue il ventre, oscura il sapore de gli altri cibi, conturba lo stomaco, leua l'appetito. È molto utile per

Le qualità buone & cattiuu del butiro.

A a canar

canar il catarro dal petto, se alquanto se ne mette sopra la lingua, & pian piano si lascia andar al petto, & massime se è composto con altre cose al proposito: ma se si piglia in maggior copia, oltre che eccita tosse grande, è anco di pochissimo nutrimento.

Del cascio d'ogni forte.

Le qualità del cascio.

Nuocce a quelli, che hanno beuuto vino assai.

Come è difficile da cuocere.

Come il vino fa duro il cascio.

Quale è migliore.

Alcune qualità, che ha il cascio.

Perche ha del robuito.

Perche nutrice. Perche è caldo.

Perche causa sete, & genera flatii.

Perche ferma il ventre.

Come s'intende, che il cascio gioi alli magri.

TUTTO il cascio (come pensò Galeno) è di succo grosso, & è cibo (secondo Hippocrate) non solo crudo, ma che quasi non si può cuocere, è poi insieme di danno grandissimo, a quelli, che hanno beuuto vino assai; è crudo, perche è difficile da cuocere, & quanto più si scalda nel ventricolo, tanto più suol venir duro. E' poi difficile da cuocere, perche a pena si cuoce, & massime dalli deboli, & che non si esercitano, nuoce alli gran beuitori, perche il vino quanto più indura la carne, & molti frutti, più che non fa l'acqua, tanto più indura il cascio, che già da se è sodo, & quasi lo riduce in forma di pietra. Quello, che è più molle, è migliore del duro. Quello che è mediocrementemente raro è migliore del denso, & ben giunto insieme, & calcato. Il saporito è migliore dell'insipido. Quello che non rappresenta al gusto alcuna vehemente qualità, ma più presto dolcezza, sopra gli altri sapori, è migliore dell'acetoso, & di qualche altro sapore fastidioso. Quello che è mediocrementemente salato, è migliore, che il troppo salato. Quello dal quale, poi c'è mangiato, nascono pochi rotti, & quelli pochi presto cessano, è migliore di quello, li cui rotti durano molto più tempo. In somma il cascio (secondo Hippocrate, nel secondo della dieta) ha queste qualità, cioè. Ha non sò che del robusto, nutrice assai, è assai caldo, causa sete, genera flatii, ferma il ventre: ha del robusto, perche subito che l'animale è nato, non solo lo nutrice, ma lo fa fermo, & gagliardo. Nutrice assai, perche il cascio è la più sorda parte del latte, è caldo, non solamente perche è grasso, ma perche essendo duro da cuocere, lo stomaco se gli affatica intorno tanto, che spesso si scalda: & per questo non solo causa sete, ma ancora eccita flatii, perche lo stomaco per la molestia che sente dal cascio, si sforza di cacciarlo da se, & tanto si affatica in questo, che in esso si leua alquanto di flato, come si vede in alcuni, li quali col cacciar qualche cosa da se con gran violenza, & sforzo, cacciano sempre fuori del corpo qualche flato. Ferma il ventre, perche si priua dell'humor sieroso, eccetto però se sarà fresco. Hippocrate ha detto, che gioua alli magri: ma questa sententia ha luogo in quelli,

quelli che naturalmente crescono, massime se è fresco, talche se altrimenti sarà intesa, non solo non gioua alli vecchi, perche sono in declinatione, ma più presto sommamente gli nuoce.

Come non può giouare alli vecchi.

Del cascio fresco senza sale.

IL fresco senza sale non molto calcato, & che ancora ha in se alquanto di siero, non è di cattiuo nutrimento, nutrice, & commodamente piace al gusto, gioua alli magri, & a quelli, che hanno lo stomaco gagliardo, si distribuisce facilmente per il siero, che ancora ha in se, si come hauemo detto del latte condensato. Dioscoride dice, che accresce il corpo, & lubrica leggermente il ventre.

Le qualità buone del cascio fresco senza sale.

Del cascio salato.

IL cascio salato, & formato dal latte condensato per il quaglio, si fa tanto peggiore, quanto più s'inecchia: perche dal quaglio acquista l'acrimonia, per del humore, si fa più caldo, si cuoce con difficoltà, & in somma si fa di peggior succo. Secondo uno genera le pietre nelle reni, fa obstruizione nel fegato, stringe il ventre. Ma il cascio di pecora, per non esser condensato col quaglio, ma con li fiori di carcioffo, come si dice, si fa con poco sale: si come è più soaue, & dolce al gusto, così anco nell'inecchiarsi non si fa agro, onde con ragione è migliore degli altri. Il marzolino di meza età deue esser anteposto a tutti quelli, che sono fatti col quaglio. Il cascio di vacca, se bene è più grasso, & nutrice più, è però più difficile da cuocere. Quello di capra inuechiato è peggiore, come quello, che subito si secca, & diuenta friabile. Quello di bufalo chiamato prouatura, piace bene alla bocca, & se conosce ch'è dolce, ma poi difficilmente si cuoce, perche è d'una sostanza molto grassa, & lenta.

Il cascio quanto più è vecchio, tanto più è cattiuo, & onde acquista queste qualità.

Le qualità cattiuo del cascio.

Come il cascio di pecora non è condensato col quaglio, ma con li fiori di carcioffo.

Il marzolino di meza età è il migliore di tutti quelli, che sono fatti col quaglio.

La qualità del cascio di vacca, & di capra.

Perche il cascio di bufalo è difficile da cuocere.

A quali nuoce l'vino del cascio, & come nuoce.

Vn'effetto notabile, che fa il cascio nello stomaco.

Finalmente ogni sorte di cascio per quanto sin' hora hauemo prouato, muoue catarri, & tosse in quelli, che passano la vita senza esercizio: perche non potendosi cuocere nè liquefare, se non con difficoltà, si stringe in se stesso, & s'indurisce, & si ritiene più lungo tempo nello stomaco, nel qual poi per il suo lentore, diuiene alquanto molle, & spargendosi per le sue tuniche, & massime verso la bocca, produce una certa nausea per mezzo della quale la natura cerca di liberarsi da quel fastidio, & così quasi come che l'huomo vomitasse, quell'humore salta su per la gola, &

Nota vna forte di tosse, che non procede da catarro.

andando per le fauci nella trachea arteria, più presto, che in bocca, perche gli è più commoda, iui causa vna subita tosse, la qual inganna molti medici, che pensano che sia catarro, & non è. Lascio da canto, che manda molti vapori alla testa, doue poi condensati, cascano di nuouo nelle fauci.

Della ricotta.

La qualità della ricotta. A quali gioua, & a quali nuoce.

LA ricotta fresca, secondo gli Arabi, trauglia meno lo stomaco, che il caseio fatto di fresco: gioua a quelli, che patiscono catarri caldi, smorza la sete, prouoca il sonno. Ma nuoce poi a quelli, che hanno lo stomaco freddo, & che patiscono de' nervi, la vecchia poi si cuoce con difficoltà, causa sete, offende la testa, nutrisce poco, stringe il ventre, & genera flati.

Del mele. Cap. XXI.

Qual è il miglior mele.

Che l'acrimonia nel mele non vien dalla bontà del mele, & onde nasce.

A quali il mele è utile.

Il mele nutrisce più che il vino. Qualità del mele, & a quali è di danno.

Come il mele moue flati secondo alcuni.

Secondo Hippocrate è cosa vana cuocere il mele.

Se il mele già cotto di nuouo si cuoce, genera tanta spuma come se fosse crudo.

Per qual causa il mele genera flati.

QUEL mele è ottimo, ilqual tende al color bianco, com'è lo spagnuolo, & che non ha nè odore, nè sapore di cera, & in somma, che non ha altro sapore, che la dolcezza, & anco è senza acrimonia, la quale non viene dalla bontà del mele, come molti pensano, ma da qualche difetto, ch'è ò nelle api, ò nel lor nutrimento, come vno ha creduto. È utile alli vecchi, & al tempo dell'inuerno. Galemo pensa, che ne porti poco nutrimento, ma nutrisce però più, che il vino, come insegna Hippocrate, moue il flato, & più spesso satolla, nuoce particolarmente a quelli, che patiscono di fegato, & di milza, & dicono, che quando è crudo, genera flati, ma non già quando è cotto, come quello, che nel cuocersi lascia la spuma, & per questo credono, che il flato si risolua. Ma perche Hippocrate dice, che è cosa vana cuocere il mele, se non è continuo, & di più quando è cotto, se di nuouo si cuoce, non fa quasi manco spuma, ne s'inalza manco in tumore, di quello, che facesse inanzi, che fosse prima cotto, è cosa più ragionevole tronar qualche altra causa di questo flato.

Però dico, che per esser il mele dolce, è tirato con grande auidità dalle parti del corpo, doue può passare, & iui poi, perche tanto piace è ritenuto, & questo effetto seguita più per il suo lentore, ilqual non lo lascia partir dal luogo, doue già si è fermato alquanto. In tanto poi

per

per l'attione del calor naturale, che mai sta in otio, è necessario, che si scaldi, & che quasi bolla, talche nel bollire è necessario, che anco si stenda, & occupi più luogo, & che poi non possa per il suo lentore risolversi così facilmente, & tanto più perche le parti, doue si troua, allentate da quella soauità, & dolcezza, lo tirano a se tutte insieme con ogni sua forza. A questo modo il fegato, & la milza gonfiano principalmente per il mele, ma non già per hauer mangiato piedi d'animali quadrupedi, & malua, con tutto che anco queste cose habbiamo copia grande di lentore in se. Il mele adunque perche è lento, & dolce, è ritenuto dalli membri, ilche non accade all'altre cose, le quali se bene hanno il lentore, non hanno però la dolcezza. Et a questo modo il mele preso a digiuno, subito satolla: percioche ò sia nello stomaco, ò sia nel fegato, vi si mette, & vi s'attacca con tanta vnione, per il lentore suo congiunto con la dolcezza, che non lascia riceuere alcun altro cibo, ne manco si può distribuire a gli altri membri, essendo con tanto affetto ritenuto da quelli, doue si troua.

Come il mele per il bollire genera flati.

In qual modo il fegato, & la milza gonfiano per il mele.

Perche il mele è tirato, & ritenuto dalli membri.

Per qual causa il mele satolla se è preso a digiuno.

Del zuccaro. Cap. XXII.

IL Zuccaro è senza acrimonia, nutrisce manco del mele, causa manco sete, netta manco, alcuni vogliono che quanto più è rosso, tanto più sia caldo. Vn certo Autor Greco mette, che l'vecchio è migliore, che il fresco, & che nell'inuocchiarfi si fa più sottile, & più caldo, & che produce dolor di testa, ma che poi distemperato nell'acqua, piglia in se la frigidità dell'acqua, & a questo modo rinfresca. Abbruscato, posto in profumo, & odorato, sana le distillationi della testa. Alcuni Arabi hanno detto, che gioua al dolor colico, se è beuuto insieme con oglio d'amandole dolci.

Le qualità del zuccaro.

Il zuccaro vecchio è migliore che'l fresco.

In qual modo il zuccaro rinfresca. Se è abbruscato, & posto in profumo a chi gioua. Se è beuuto con oglio d'amandole dolci gioua a dolor colici.

Del marzapane.

DEL Zuccaro, & delle mandole dolci si fa il marzapane, il qual è vna mistura molto soaua, & grata quasi a tutti gli huomini, si crede che ristori le forze, però si da a tutti li conualescenti, & alli deboli; ma non solo non fa questo effetto, anzi più presto fa fuor di modo tutto l'opposito: percioche preso in manco quantità che molti altri cibi, satolla più presto, & più presto leua l'appetito, oltra di que-

Con che si fa il marzapane. Per qual causa si da alli conualescenti, & deboli. Come il marzapane non ristora, ma fa effetto contrario. Satolla, & leua lo appetito più presto.

sto

Et nuoce difficilmente, tardi si distribuisce. Causa obstruione, graua la testa, debilita le forze. La causa di tutto questo.

Perche il marzapane satia presto. Perche passa lentamente per li meati.

Come causi opilatione nella milza, & nel fegato.

Come non fa questi effetti per la dolcezza sola.

Come li cibi salati, & acidi, non causano satietà, se bene tanto piacciono.

Per qual causa nuoce alla testa.

Per qual causa debilita le forze. A quali puo giouare il marzapane.

Come gioua al tempo della quaresima.

sto con difficoltà si nuoce, si distribuisce tardi per il corpo, è causa di obstruione nelle viscere, cioè nel fegato, & nella milza, graua la testa, & debilita le forze. Percioche tutto quello che ha in se di dolcezza, com'è il mele, & il zucchero si stende dal calore in maggiore ampiezza, getta spuma, s'ingrandisce, & gonfia, & di più hauendo seco giunto il lentore, & la grossezza dalla sostanza con la giunta del caldo, ne seguita che per il lentore, bolle, & per la grossezza si tarda, & si ferma nel luogo, doue si troua: da questo nasce che l'huomo si satia presto, & perde l'appetito, come s'hauesse preso gran copia di cibo. Passa poi lentamente per li meati, perche nel bollire, & nel gonfiare che fa ne' vasi, per li quali passa, s'attacca, & impedisce se stesso, talche non può andar innanzi, per la qual cosa passando per la milza, & per il fegato, doue sono sottilissimi, & strettissimi vasi, iui per il lentore, & grossezza sua trattenuto, chinde, & gonfia l'uno, & l'altro di quelli membri. Ne è vero quello che molti si pensano, che empia così subito il corpo, & che per la dolcezza, che ha in se, che tanto ne piace, sia con tanta violentia tirato alli membri, perche se fosse solamente dolce, & non hauesse alcun lentore, non si fermaria tanto nel fegato, & nella milza, & iui non faria alcuna obstruione o tumore, ma indi saria tirato con grande auidità più oltre alle carni, & a gli altri membri, poiche il dolce è tanto desiderato da tutti, & li detti membri restariano liberi da quel peso. Oltre di questo vi sono molte cose, che desideriamo con grande affetto, come sono li cibi salati, & acidi, li quali però non producono alcuna satietà, eccetto però se l'huomo ne piglierà in gran quantità. Et così hauemo assegnato la causa, perche il marzapane satia presto, perche si distribuisce tardi, perche causa opilatione nel fegato, & nella milza. Nuoce poi alla testa, si per le mandole, che sono dure da nuocere, si ancora per le qualità, che hauemo detto essere nel Zucchero, perche trattenendosi molto tempo nel ventre, & nelle vene vicine, manda li vapori grossi, & coniuuati al cernello, alquale poi perciò ne patisce, per le quali cose tutte ancora, essendo tanto tardi a dar al corpo quel nutrimento, che si aspetta da lui, ne nasce che debilita le forze. Se però accaderà, che alcuno che soglia mangiar bene la mattina, sia sforzato a star sobrio, vn pezzo di marzapane gli giouerà, perche lo manterrà facilmente tutto il giorno senza patire, onde poi colui potrà cenare allegramente, & bene. Gioua ancora nella Quaresima, nella quale si mangiano cibi humidissimi, & di poco nutrimento, perche mescolato con essi impedisce, che non passino così facilmente come fariano, talche fermandosi

mandosi alquanto più, danno anco alquanto più di nutrimento. Al tempo del freddo, & massime nell'inuernata, è molto più al proposito, ma nel caldo, & nell'estate è di danno, & è causa di gran caldo. Ma quello, che è fatto di pignoli, come è usanza, è molto meglio, che fatto di mandole; questo danno però non intrauicne a' putti, che si nutriscono di latte, che è tanto dolce; perche si come crescono presto, & in grande ampiezza, così ancora li loro vasi, & le loro tuniche, che contengono questi humori, si stendono, & s'ingrandiscono in maniera, che il latte, & ciò che è seco, non si ferma molto in questa età nelle prime cauità, & viscere, ma passa presto per tutto il corpo.

Delli mostaccioli.

QUESTI si fanno di Zucchero, di cinnamomo, di rossi d'oui, & di farina di frumento senza lieuto. Alcuni li pigliano a digiuno, & inanzi gli altri cibi, per confortar lo stomaco sobrio, & debile; ma più presto lo debilitano, & non gli fanno manco danno, di quello che faccia il marzapane; percioche essendo fatti di frumento senza lieuto, è necessario, che nutriscono con fatica dello stomaco; dall'altro canto lo stomaco debile non ha di bisogno di cose, che si nuociono con fatica, ma di quelle, che si nuociono facilmente. Oltre di questo entrando il cinnamomo in notabil quantità, ilqual, come hauemo detto, ne nutrisce, ne conforta, ma più presto liquefa, facendo questo effetto nello stomaco debile, l'estenuerà di maniera, che perdendo quasi tutto il suo humido naturale, si farà (per modo di dire) tabido; & perche in questa mistura è assai affettigliato, s'attaccarà alle membrane intericri dello stomaco, ilqual per esser sobrio, & senza molto humore, & quasi come nudo, sentirà facilmente ogni sua qualità, la quale o con pungerlo, o con dargli qualche altro traualgio, impedirà che il cibo non si potrà nuocere come si dice; & a questo modo si potrà facilmente dire con verità, che doue queste cose sono ritrouate per ristorar lo stomaco, lo debilitano, & lo conturbano più, & in somma fanno più presto tutto l'opposito. Ma però presi parcamente, & massime nell'inuernata non nociono a quelli, che sono pieni di humore, & che hanno lo stomaco flegmatico, & a quelli ancora, i quali (come di sopra hauemo detto) sono forzati a digiunar contra il suo solito. Ma alli magri, & a quelli, che mangiano poco, massime all'estate, sono di gran danno.

Come al tempo del freddo è utile, ma nuoce al tempo del caldo.

Come il marzapane fatto co' pignoli è migliore.

Come, & per qual causa il latte se bene è dolce, non può fare questi effetti cattiuu ne' putti, che lattano.

Come si facciano li mostaccioli. A qual fine si pigliano a digiuno.

Come presi a digiuno debilitano lo stomaco.

Il cinnamomo non nutrisce, ne conforta, ma liquefa.

Il danno, che portano li mostaccioli al stomaco, per il cinnamomo.

Come li mostaccioli nociono, & non giouano.

A quali possono giouare.

A quali sono di molto danno.

Del sale. Cap. XXIII.

Le qualità buone,
& cattive del sale.

IL sale (come dice Dioscoride) astringe, con assottigliare le cose, presto le caccia fuori, sommamente mondifica, caccia in diuerse parti, reprime, estenua, difende li corpi dalla putredine, pur che sia usato come si deue. Produce croste; vn Autor Greco dice, che prouoca il ventre, se l'huomo ne piglia più del douere; abbruscia il sangue, offende il ceruello, debilita la vista, sminuisce il seme genitale, eccita il prorito, nuoce alle viscere, & a gli intestini. Perche poi tanto piaccia a tutti gli huomini, l'hauemo dichiarato a bastanza, nel primo libro del mal francese.

Delli salumi.

Le qualità delli salumi.

TVTTI li salumi se saranno mangiati spesso, & in grande abbondanza, scaldano, essiccano, causano sete, prorito, & scabbia. Nociono a quelli, che hanno difficoltà d'orina. Ma se l'huomo ne pigliarà parcamente, eccitano l'appetito, & prouocano il ventre leggiermente: si mangiano crudi, & cotti; a cuocerli è bisogno di poco foco, come accenna il proverbio antico, il quale solena dirsi da alcuni, che desiderauano ch'una cosa si facesse presto, cioè; Questo si faccia in manco tempo, che non si cuociono li salumi. Tutte quelle cose, che si salano quanto più humide sono di natura, tanto migliori riescono, come si vede nella carne di porco, & del tonno.

Come si mangiano, come si cuociono
Nota il proverbio sopra li salumi.

Le cose, che si salano deouono esser humide.

Come si faccia la bottarga.

Hora gli oui delli cefali sono in gran stima, li quali si cauano, dalla pancia delli cefali freschi; in Greco si chiamano *ὠστράκιννα*, cioè oui salati, noi li chiamiamo bottarga.

Come, & doue si faccia il cauiaro.

Vi è poi anco il cauiaro fatto de gli oui del storione nel mar maggiore, ilquale (secondo alcuni) si stima, che sia il garo de gli antichi; è manco saporito, che la bottarga, ma è più salato.

Vi sono anco quelli pesci chiamati da noi sarde, da altri trichie, & poi le alici; le quali sono molto frequenti per uso delle famiglie.

Come gli arenghi si conferuino.

Gli arenghi poi di longhezza d'un piede, conditi con il sale, & con il fumo s'antepongono alle sarde, & alle alici salate, quando non hanno in se alcun fetore.

La salmonea poi, la qual ogni anno è condotta da Fiandra salata, perche ha perduto la sua prima bontà, è cibo solamente della plebe.

Ma

Ma sarà meglio lasciar da canto questi pesci, & altri simili, per esser molto conosciuti da tutti, & così anco si può dir della parte del tonno, che non ha grasso, chiamata volgarmente tonnina, da gli antichi chiamata Cybia, & Sorea: Si potrà anco lassar quell'altra parte chiamata tarantello; poi che tra l'una, & l'altra non ci è altra differenza, facendosi ambidue dall'istesso animale, se non che la tonnina si fa della parte più magra, & il tarantello della parte più grassa.

Differenza tra la tonnina, & il tarantello.

De gli aromati, cioè spetie. Cap. XXIII.

TVTTTE le specie scaldano, & insieme liquefanno il corpo, ma una più, & una meno. Quando son secche, & lignose, non si possono in modo alcuno cuocere; sono di giouamento a gli humidi asfai, & a quelli, che hanno molta pituità nello stomaco: sono poi di danno a gli estenuati, & a quelli, che hanno lo stomaco vacuo; prouocano ancora l'orina, ma hora più, hora meno.

La qualità delle spetie.

A quali giouino, & a quale nocino,

Del cinamomo.

IL cinamomo (secondo gli Arabi) apre le obstruizioni del fegato, conforta lo stomaco, augumenta il seme (secondo Diosc.) poi prouoca l'orina, mollifica, matura, resiste alli veneni, non solo a quelli che sono presi per bocca, ma a i colpi, & a i morsi de gli animali venenati; purga la caligine de gli occhi, gioua alla tosse, alli catarri, all'hidropisia, al dolore delle reni, & alla difficoltà dell'orina.

La qualità, & virtù del cinamomo.

Del zafarano.

IL Zafarano (come dice Diosc.) matura, mollifica, moderatamente astringe, prouoca l'orina, fa buon colore: si crede che gioua alla milza, che inciti al coito, che beuto in manco quantità d'una dramma, affretti il parto alle donne grauide, che vale contra l'imbriachezza, che eccita l'appetito. Ma se si piglia in maggior quantità del douere, causa dolor di testa, prouoca il sonno, offusca li sentimenti, genera nausea, & leua l'appetito.

La qualità del zafarano, l'utile, & di no che da esso seguita.

B 6

Delli

Delli garofoli.

Di qual tempo li
garofoli son più
stimati.
Et qual effetto fac-
cino.

Le qualità s'ite fe-
condo gli Arabi.

SI giudica che di questi, nè Diosc. nè Galen. ne habbia scritto: sono più stimati l'inuernata, che l'estate, & piacciono più per l'odore, che per il sapore; tanto più perche se l'huomo ne piglia vn poco più del douere, la bocca se gli fa subito amara. Gli Arabi si pensano, che aiutino la concottione, che stringhino il flusso di ventre, che incitino al coito, che giouino all'offuscatione de gli occhi, che eccitino l'appetito, che tenuti alquanto in bocca faccino buon fiato.

Del Galanga.

La qualità del Ga-
langa verso il cer-
uello che habbia
partito p il freddo.
Altri suoi effetti.

DI questa parimente, nè Diosc. nè gli antichi Greci hanno scritto cosa alcuna. Ma da gli Arabi, & da alcuni moderni Latini si crede, che applicata alle narici sia di grand'utile al ceruello c'habbia patito, & patisca per freddo; che tenuta in bocca faccia buon fiato, che gioui alla ventosità della matrice, che scaldi le reni raffreddate, che risolua il flusso, che ecciti al coito, che augumenti il seme, che dia aiuto a quelli, che hanno lo stomaco humido, & in somma gioui a tutti li mali freddi.

Della noce moscata.

Le qualità, & con-
dizioni della bona
noce moscata.

LA noce moscata è buona, s'è fresca, rossa, grassa, & graue, & questa ha vn poco d'attrattina virtù; secondo alcuni ha virtù di estenuare la milza, di prouocar l'orina, di fermar il flusso di ventre, di risoluer il flato, di prohibir il vomito, di assottigliar la vista, di confortar lo stomaco, masticata, di cacciar il puzzor del fiato, di giouar fuor di modo alle dispositioni fredde della matrice; ma poi offende li polmoni.

Del pepe, il quale si come di sopra fu posto tra li semi, così in questo luogo si mette tra le spetie.

Tre sono le sorti
di pepe, & quali.
Le qualità di tutte
tre.

TRE sorti di pepe vanno in volta, cioè il longo, il bianco, & il nero, il bianco è da manco de gl'altri dui. Tutti questi scaldano, pro-

no, prouocano l'orina, & lubrificano il ventre, come hanemo al lungo insegnato nel libro di lubricar il ventre. Preso in forma di lambitino, & di beuanda, secondo Diosc. gioua a quelli che hanno la tosse, & a tutte le male dispositioni del petto; masticato purga la stemma per bocca, eccita il sonno, & l'appetito, gioua alla concottione, racconcia lo stomaco humido, gioua alli grassi, & a quelli che stanno in otio. Ma se sarà preso troppo spesso, & in quantità, estenua il corpo, consuma il seme, noce alle reni. Si deue far electione del fresco, di quello che è graue, & pieno, & non rugoso, & crespo. Il negro poi è in maggior stima, che il bianco, per esser più acre, più grato, & più odorato, & in somma è più utile, & più soaue per condir le viuande.

A quali noce il
pepe.

Quale è il meglio
pepe.

Del gengeuo.

PERCHE facilmente il gengeuo si putrefa, intendendo con questo nome la radice, si deue far electione di quello, che non è tarlato, secondo Diosc. gioua alla concottione, lubrica leggermente il ventre; è molto commodo allo stomaco, resiste a quelle cose, che offuscano la vista, in somma è quasi dell'istesso valore del pepe: secondo alcuni Arabi, gioua alli vecchi, & alli flegmatici. E poi cosa credibile, che quando è condito non porti giouamento alcuno (così semplicemente parlando) alli stomachi freddi, & pituitosi. Ma se per sorte l'huomo impedito da negotij non può mangiar la mattina a suo modo, in tal caso, acciò che lo stomaco non resti affatto senza qualche trattenimento, è bene a pigliarne vn pezzolo dui, li quali per esser alquanto difficili da cuocere, faranno che potrà senza notabil danno aspettar la cena.

Il gengeuo ficaria
facilmente.
A quali membri
gioui.

Il condito non gio-
ua a cosa alcuna,
& come si pigli.

Quali son quelli huomini c'habitano Roma.

Cap. x x V.

POI c'hauemo dato fine al ragionamento del sito di Roma, dell'aere, de' venti, delle stagioni dell'anno, dell'acque, & di quelle cose che si beuono, & che si mangiano, seguita che dichiariamo quali sono gli huomini c'habitano in Roma, quali cibi, & di qual sorte usino, & per quanto tempo sogliono viuere.

Bb 2 Sono

Qual forte di natione suol habitare Roma.

Di quelli che dicono si fermano a Roma pochi son grassi. Divisione di quelli che habitano Roma.

Divisione delle femine di Roma.

Putti, & putte senza numero. Pochi maschi si fanno vecchi, ma molte femine, & per qual causa.

Pochi possono digiunare a Roma.

A Roma si mangia piu carne che altrove, & perche. Perche a Roma si mangia spesso, & in piu quantita.

Quel che si mangia la primavera, & la Quaresima.

Quel che si mangia la Pasqua.

Quel che si mangia l'estate.

Sono adunque in questa Città molte, & varie nationi; ma principalmente Italiani, Spagnuoli, Francesi, & Tedeschi: di questi, alcuni vanno, & vengono, alcuni di continuo si fermano quà: alcuni anco, & che si fermano poco tempo, alcuni molto, & sempre. Di questi che di continuo si fermano in Roma, pochi vi sono che siano molto grassi, molti son quasi di mediocre corporatura, molti magri, ma non già estenuati. Di questi anco molti vi sono, la cui arte, è di sedere, come li sarti, & altri simili, alcuni stanno in continuo essercitio, alcuni altri (ma questi sono pochissimi) dati all'otio, alla gola, & alli piaceri; la maggior parte vi uono in continui trauagli d'animo; & questi, ò perche litigano, ò perche attendono alli studij, ouero che si son dati alla cupidità de gli honori, & delli guadagni; ouero che hauendo posto tutto il suo fine in Dio, a lui dritzano ogni suo pensiero. Vi sono poi le donne, delle quali poche sono, che non habbiano marito, & le maritate assai, & spesse volte sono grauide. Le putte, & putti sono senza numero, li quali rare volte si allenano dalle loro matri, ma da balie straniere. De' vecchi pochi maschi se ne trouano, ma molto piu femine, & questo accade, perche li vecchi, & in giouentù, & nel resto della vita sono molto intemperati, & mal regolati nel viuere. Ma le donne per tutto il corso della sua età sono nel viuere loro costumate. Questo basta hauer detto di quelli, che conuersano in Roma.

Quanto poi spetta al nutrimento, che si piglia, è da sapere che pochi sono, che possano digiunare; talche almeno mangiano due volte il giorno, & spesso anco piu; & se non gli è proibito dalli commandamenti della Chiesa, mangiano molto piu carne, che non si mangia altrove, & questo è, perche essendo li cibi di Roma di poco nutrimento, ancor che siano in gran mole (come di sopra hauemo detto) gli huomini sono sforzati mangiar piu presto spesso, che rare volte, & piu presto in piu quantità, & in piu sostanza, che in manco quantità, & in manco sostanza. Nel tempo poi della Primavera, & massime di Quaresima si mangiano molte herbe, & legumi, & in particolare li poveri gran salumi, & li ricchi mangiano buoni, & molti pesci, & simili altre cose. Passata la Quaresima, & venuta la Pasqua, la maggior parte si nutrice di cascio, & massime di prouatura, di butiro, di latte, & d'altri latticinij, & insieme per cinquanta giorni in circa mangiano carne d'agnello in quantità, & dopò questa seguita la vaccina per il resto dell'anno. All'estate poi non manca copia d'herbe, & massime di cauoli, tra li quali

li ca-

li capucci sono li piu ricercati frutti d'ogni sorte, & massime meloni. Sogliono ancora gli huomini spesso andar alle vigne con tutta la lor famiglia, doue nel giorno sono percossi dal sole; la sera poi cenano il piu delle volte allo scoperto, & iui, poi che hanno molto ben sudato, beuono spesso copiosamente, & con grande auidità vini potenti giacciatte, ò con la neue, ò nelle cauerne freddissime. Nell'autunno, & nell'inuernata mangiano abondantemente delle castagne, & dell'ua, sin tanto, che possano hauere della pergolesa; cauoli, & carne di porco; & poi per condimento vi beuono vino Romano con uino. Vi sono poi in particolare alcuni religiosi, li quali, per essergli proibito il mangiar carne, non si nutriscono d'altro, che di cascio, d'oua, & di simili altre cose. Quelli poi, a quali è concessa la carne, mangiano però anco molto spesso simili cibi. Tutti questi spesso digiunano, & spesso ancora, perche occorre in fra l'anno di far certi lunghi digiuni simili alla Quaresima, si guardano ancora affatto dal cascio, & dalle oua, & da tutte le cose grasse, & si contentano solo di herbe, di legumi, & di salumi, & simili altre cose; se ben alle volte, ma di raro, gli vien dato un poco di pesce. Lasso hora da canto alcuni, li quali uiuono tanto largamente, & delicatamente, & s'empiono il corpo così copiosamente, & non pensano mai in altro, che ogni giorno di satiare il loro sfrenato appetito, perche di tali se ne trouano pochissimi in questa città. Queste cose ho detto del viuere, che ha risguardo al mangiare, & beuere. Gli huomini poi uiuono sino all'età di anni sessanta, non molti arriuanò alli settanta, rari alli ottanta; più rari sono quelli, che arriuanò alli nouanta; ma rarissimi poi arriuanò alli cento. La causa è, perche li cibi, che mangiano, sono molto flussibili, & di poca solidità (come di sopra hauemo prouato a bastanza) & per questo li lor corpi nutriti di quelli cibi, presto cascano, & presto mancano. Per il contrario, quando il nutrimento è fermo & sodo, come è in Spagna, iui uiuono molto piu lungo tempo, & iui si troua molto maggior numero di vecchi, & di piu longa età. Vi s'aggiunge poi l'aere di Roma, ilquale per esser necessario alla respiratione, non si può in conto alcuno schifare; & per esser molto simile al vento Austro (come di sopra hauemo detto) fa che ancora questi corpi siano molli, & fiacchi, & facilmente risolubili. So anco, che gli errori, che si fanno, & le varie mutationi di tempi, le quali spesso quà occorrono, sono causa di molte infermità, & fanno piu presto terminare la vita. Ma perche questo non accade naturalmente, nè

per

Li disordini, che si fanno per andar alle vigne.

Quel che si mangia nell'autunno, & inuernata.

Sino a quanto tempo si uiua a Roma.

Perche a Roma si uiue poco tempo.

Come, & perche in Spagna si uiue piu lungo tempo.

L'aere di Roma è simile al vento Austro.

Onde nascono le infermità, & la breue vita.

Del viuere delli Romani,
per necessità, & solo per accidente, & si possono schiuarè; però non
mi fermo troppo intorno a questo. Hauemo sin' hora trattato qual
sorte di gente habita in questa Città, qual vita faccino, fino a
quanto tempo viuono. Resta hora, che trattiamo delle infermità
particolari di Roma, & che diamo fine a quelle cose, che hauemo
promesso nel principio.

Il fine del terzo Libro.



DEL



DELLI ROMANI
ET DEL CONSERVARE
LA SANITA'

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Quarto.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.



Delli mali particolari di Roma. Cap. I.

DERCHE spesso accade, che molti medici nel curar
i loro infermi, consumano fuor di proposito molto
tempo in metter la differenza tra il male, & li suoi
accidenti, che da medici si chiamano *synthomati*;
& in questo fanno oscure le cose chiare, & lassano
da canto quello, che saria da dire; acciò che colo-
ro, che hanno da leggere questa mia opera, non siano in dubbio per la
poca intelligenza di questa materia; per hora diremo secondo Hippocra-
te, nel libro delli stati, che morbo è quello, ilquale da molestia all'huomo;
talche colui, che verrà intieramente, & con verità in cognitione della
causa di tale effetto, d' infermità, d' accidente, che sia chiamato da altri, sa-
prà & bene pronosticare, & bene curare tal sorte di male. Et questo è quel
lo, che si desidera da gli ammalati, & dalli medici sopra ogni altra cosa.

Nota quelli medi-
ci, che senza biso-
gno mettono la
differenza tra li ma-
li, & gli accidenti
suoi.

Quali s'intendono
in questo libro per
morbi.

Però

Qual sia la prima sorte d'infermità, che foglia venire più spesso a Roma.

Però tra le particolari infermità, che sogliono venir a Roma, la prima si giudica esser questa, cioè una soprabondanza d'humori nella testa, dalla quale seguitano poi molti catarri, & distillationi alli membri inferiori.

Come questa infermità sia chiamata capipieno, cioè pienezza di testa, & per qual causa.

Questa infermità certo (se è lecito alle volte finger nuouo nomi) poi che in questo caso si sente la testa piena, si potria con qualche ragione chiamar capipieno, & benchè la parola sia alquanto barbara, non è però lontana dalla verità.

La seconda infermità, come si chiama pienezza.

Il secondo male, che regna a Roma, è la indigestione, che ha origine dall'abbondanza del nutrimento; & questa non senza causa si potrà chiamar pienezza.

La terza infermità, che è chiamata fiacchezza.

Il terzo male, è una fiacchezza, che viene all'huomo quasi senza causa, chiamata da Greci ἀλγὴν πρῆσις. Noi possiamo dire, che sia un subito cascar di forza, & di corpo, senza occasione, & senza manifesta ragione.

Come quasi tutti quelli, che habitano a Roma, patiscono di questi mali.

Da questi mali pochi sono quelli, che habitano a Roma, che se ne possono difendere; perciocchè la maggior parte, se non sono più che parchi nel viuere, si lamentano della pienezza della testa, & del ventre, & di più se poco poco s'affaticano, o che siano molestati da qualche altro male, sono in un subito, & fuor di tempo assaltati da una languidezza tale, & fuori del solito de gli altri luoghi, che gli par venir meno.

Quali febrì regnauano al tempo di Galeno, & quali regnauano adesso.

Le febrì semiterzane, al tempo di Galeno, erano familiarissime in Roma, nel modo, che esso le descrive. Ma in questa età, o perchè sia mutata la sorte del viuere, o per qualche altra causa, si vedono rare volte; ma le quotidiane si vedono spesso, & assaliscono l'huomo nella veemenza del parossismo, con un certo soffogamento di corpo, & di animo, nel modo come se questi tali hauessero il male chiamato letargo; la qual cosa fu auuertita da quel gran medico Asclepiade, molto tempo inanzi a noi (si come recita Celio Aureliano, nel secondo libro delli acuti.) Et questo non nasce da altro, se non dalla pienezza della testa.

Qual male nasce dalla pienezza di testa.

Non sono però così frequenti, nè vengono così spesso, che la febre quotidiana, o il letargo meritino di esser posti nel numero delle infermità domestiche, & familiari a Roma.

Come questi mali non meritano d'esser posti tra li familiari di questa Città, & perchè.

Perchè è gran differenza a dire, che le febrì quotidiane ne' suoi gagliardi parossismi, s'usurpano quasi la natura del letargo, o a dir separatamente, che il letargo, & le febrì quotidiane sono molto frequenti in Roma. Le febrì terzane anco così semplici, come doppie, non sono più proprie a Roma, che ne gli altri luoghi, come anco sono le infermità

Le infermità di pietra, o di calcoli non sono più particolari a Roma, che ad altri luoghi, contra l'opinione di molti.

di pietra, & di sabbia; le quali alcuni medici ostinatamente tengono, che siano familiari a Roma, con tutto, che vi siano molto manco persone, che hanno questo male, che quelle, che non l'hanno; anzi credo certo, che in Roma non sia la millesima parte de gli huomini, che patiscano questa indisposizione. Et ciò si conosce chiaramente da quelli, che considerano diligentemente le famiglie, che vi habitano, sì di forastieri, come di Romani; poichè di tante, & tante famiglie a pena se ne troueranno una, o due, che siano soggette a pietre. Ma questi s'ingannano per la commune usanza dell'acqua del Teuere, alla quale, guidati dalla sua opinione, ma non dalla verità, attribuiscono facoltà di generar pietre nel corpo humano; perciocchè quest'acqua, come già hauemo dichiarato, non ha di sua natura facoltà di generar sabbia. Talche costoro prima che si chiariscino della verità col'esperienza, guidati dalla sua ragione, dichiarano questa cosa a suo modo. Con tutto ciò però & le pietre, & le sabbie non nascono altrimenti in Roma, di quel che naschino ne gli altri luoghi. Lasso da canto quel che dicono alcuni, che le sabbie si generano dalla flegma con la giunta del calor delle reni; perchè principalmente si generano dal smisurato beuer vini potenti, li quali, si come lassano nelle botti intorno intorno le croste dure, come sassi, che si chiamano tartaro, così entrati nel corpo, & portati alle reni per le vene, poi che hanno la medesima facoltà, & possanza, mentre che inui si colano, lassano nelle reni simili specie di croste, & a questo modo producono pietre & sabbia. Et però quasi tutti quelli, che s'imbriacano, perchè non si diletano se non di vini potenti, & puri, sono tranagliati da calcoli, eccetto però se questi tali haueranno le vene, & li meati molto larghi. Ne alcuno si lasci ingannare (come fanno quelli, che giudicano senza esperienza) che per esser questi vini spesso chiari, limpidi, & sottili, non possano in modo alcuno generar nè sabbia, nè pietre; perciocchè vi sono molte acque medicinali, le quali con tutto, che paiano chiarissime, nondimeno (come di sopra hauemo detto & questa è anco opinione d'Hippocrate) producono difficoltà d'urina. Ma mi par di hauer detto troppo di questa materia; però torniamo al nostro proposito.

Che in Roma pochissimi patiscono il male di pietra.

Per qual causa alcuni s'ingannano in questo.

Come l'acqua del Teuere non ha facoltà di generar sabbia.

Le pietre non nascono altrimenti in Roma di quel che naschino in altri luoghi.

Da qual causa secondo alcuni si generano le sabbie.

Come principalmente si generano dal troppo beuer vini potenti.

Come li vini potenti generino in noi pietre, & sabbie.

Perchè quelli, che s'imbriacano patiscono tal male.

Et come alle volte non lo patiscono. Che se ben li vini sono chiari, possono però generar pietre.

Come molte acque medicinali producono questo male.

Queste tre infermità nascono da tre cause, che sono particolari a Roma, & quali siano, cioè l'aere grosso, li venti frequentissimi, & mangiar assai, per la debil forza de gli alimenti di Roma, come di sopra hauemo detto.

Queste tre sorti adunque d'infermità, che hauemo detto, hanno origine da tre cause, & ciascuna di esse nasce da questa Città, cioè l'aere grosso, denso, & tepido, li venti frequentissimi, & vehementi, & il modo di viuere, il quale è tanto più copioso, quanto più gli huomini sono sforzati mangiar assai, per la debil forza de gli alimenti di Roma, come di sopra hauemo detto.

Come l'aere empie il membri, & tutto il corpo.

Come li venti entrano in tutto il corpo.

Come il viuere copioso empie tutto il corpo.

In qual modo la testa s'empia assai dall'aere.

Come il capo si empie dal copioso mangiare.

Nota vn'altra sottil causa, per la qual la testa s'empie fuor di modo.

Nota anco vn'altra causa di questo effetto.

Come la testa s'empie piu, quando siamo colcati, che dritti.

Nota vn'altra causa di questo effetto, per il riuolgimento delle vene della testa.

Percioche l'aere empie le vene, le arterie, li polmoni, il petto, la testa, le carni, & finalmente tutto il corpo. Li venti con la loro violenza si cacciano nelli medesimi luoghi, & fanno maggior pienezza. Che poi il viuere abbondante faccia il medesimo effetto, non occorre prouarlo.

La testa adunque si viene ad empire dall'aere, che si tira, perche (come dice l'Autore del morbo sacro) quando l'huomo tira il fiato a se, quell'aere passa prima al ceruello, & così si sparge per tutto il corpo, lassando nel ceruello la sua propria forza; ma questo membro patisce piu da venti, quanto piu essendo da lui tirati, penetrano con maggior uehemenza.

Si empie ancora dal nutrimento copioso, quando l'huomo mangia assai, perche li vapori eleuati dalla parte da basso, saliscono spontaneamente alla testa, & queste sono le tre cause, che hanno origine dalla Città di Roma.

La testa si empie poi ancora particolarmente, perche è concaua, & sta appoggiata sopra il corpo, come se fosse una ventosa (come dice Hippocrate nel quarto delli morbi, & nell'Epistola scritta a Democrito) talche tira a se con grandissima facilità, non solo le superfluità di tutte quelle cose, che si mangiano, ma ancora li sottili humori.

Si empie parimente, perche è instituito così dalla natura, che sia piu spesso piena, che vacua, altrimenti non potria l'huomo resistere alli esercitij suoi, & alle fatiche, quando non dorme; & per questo la testa s'empie fuor di modo, quando siamo colcati; perche essendo il corpo piano, il sangue salisce facilmente all'in su, cosa che si conosce chiaramente, perche ogn'uno per pallido, che sia naturalmente, stando in quel sito, si fa presto robicondo.

Oltra di questo essendo li giri, & riuolgimenti delle vene, & dell'arterie del ceruello, quasi inestimabili, & che non se ne troua fine, ne seguita, che il sangue, che una volta è salito a quel membro, non così facilmente torna al basso, ancorche l'huomo stia dritto, perche non può uscir da quelle vene, nelle quali è già a quel modo entrato. Et ben che si veda, che le vene verbi gratia d'una mano stesa, & abbassata subito gonfiano di sangue, & che poi alzata, subito parimente s'assottigliano, & ne esce il sangue; nondimeno non può questo seguire de gli humori, & del sangue già penetrato alle vene del ceruello; perche se ben il ceruello forse facilmente lo riceue, non però così facilmente lo lascia partir da se, per l'intrico, & riuolgimenti delle vene.

Si può anco a questo aggiungere la terza causa, cioè il calor del sole, ilqual

ilqual a Roma, & massime l'estate è sempre gagliardo, nel mezo giorno. poi non solo d'altri tempi, ma nè anco d'inuerno è mai debile. Et poi il vino, il quale in questa Città si beue in gran quantità; nè occorre a prouar, che il vino empia la testa, perche è cosa notissima.

Ma che il medesimo effetto segua dal Sole, si vede chiaramente per li vapori, che si leuano da terra (mentre che da lui è percossa) alle parti superiori: si conosce anco dal caldo, con il quale percuoce la testa; perche il calore, come ogn'vn crede, tira a se di sua natura, & per questo li Africani come esposti al Sole, piu che tutti gl'altri huomini del mondo, si guardano dal vino; & questo fanno, perche essendo i lor capi riscaldati molto dal Sole, sentiriano ancor maggior danno dal beuer del vino; lascio hora andar la legge loro, che gli lo proibisce, la quale può esser nata da questa causa.

Nè alcuno si deue marauigliare che a Roma gli huomini patiscano tanto della testa, perche anco al tempo di Galeno in Roma vi erano grandi distillationi dalla testa, si come esso dice nel secondo de' temperamenti, & nel secondo del Meth. Oltra di questo Hippocrate nell'Epistola a Democrito dice, che la radice, & l'origine di tutte le infermità dell'huomo è il capo, & che dal capo nascono grandissimi mali, & nel quarto delli morbi dice, che il capo, & la milza sono molto esposti alle infermitadi. Se adunque & per la natura del membro (come dice Hippocrate) & per la qualità del luogo, che è Roma (come dice Galeno) & per le altre cause, che hauemo poco fa raccontato, in questa Città il capo sommamente patisce, ogn'vn deue credere, che in Roma il capo patisca infinitamente.

Onde ne seguita, che in questa Città ad alcuni lacrimano gli occhi senza causa, alcuni altri hanno gli occhi, & le palpebre rosse, sentono fischi nell'orecchie, & picchiamenti, grauezza di testa, catarri, irrochimento, tosse; molti ancora hauendo offeso il polmone, si fanno thifichi, alcuni altri patiscono podraga, dolor di giunture, vertigine, morbo comitale, & appoplezia, & per questo anco ne seguita, che nelle maggior parti delle febrì vi regnano dolor di testa, pazzie, letarghi, & frenesie.

Da queste ragioni si può conoscere, che il capo nella Città di Roma patisce oltra modo, & che il suo male è principalmente quello, che poco fa hauemo battezzato del nome di Capiplenio; dal quale poi (come hauemo detto) ne nascono molte altre sorti d'infermità. Sò bene, che vi sono alcuni, li quali quasi ostinatamente credono, che il fegato patisca piu che il capo in questa Città, persuadendosi, che per l'abbondanza de' cibi, che quiui nascono, & che così spesso si pigliano, ne seguitino delle obstruttio-

Come ancor il calor del Sole può empier la testa, & massime d'estate, & di mezo giorno, & d'inuerna.

Come il vino, che si beue in gran copia fa il medesimo effetto.

Per qual causa gli Africani si guardano dal vino.

Vedi il libro di Giorgio Trapezonte del paragone tra Platone, & Aristot. doue dice per qual causa Maometo ha proibito il vino.

Anco al tempo di Galeno si patiuua assai della testa.

Come l'origine di tutte le infermità dell'huomo è il capo.

Come il capo, & la milza sono molto esposti all'infermità.

Alcuni mali, che patisce l'huomo in Roma particolarmente nella testa, & anco ne' membri inferiori.

Come dal Capiplenio nascono molti mali.

Come alcuni credono, che il fegato patisca piu, che il capo in questa Città, ilche però non è vero.

ni, le quali essi chiamano *opilationi*. Ma questi così credono non perche l'abbiano prouato, ne manco perche habbiano di ciò alcuna vera coniettura. Per la qual cosa mi pare esser ben fatto lasciarli nella loro opinione, poi che non è in nostra possanza impedir, che non credino quel che gli pare. Non vedo però come il fegato possa patire *obstruptione* alcuna, per qual si voglia abbondanza d'humori, essendo ogni notte sforzato (cosa che non interuiene al capo) cacciar nelle vene gli humori, che ha in se, & questo si fa quando ci riposiamo sopra il lato dritto, come il più delle volte accade, perche in questo sito è necessario, che notabilmente si prema, & premuto non può trattener in se stesso gran copia d'humori, ma bisogna, che li cacci altroue. Oltra di questo, se ben si considera la fabbrica di questo membro, trouaremo che le sue vene sono più strette, quanto più vanno al profondo, & quelle che sono nell'estremo del suo corpo, sono sempre più larghe: di modo che si può concludere, che questo membro è stato instituito dalla natura più presto per cacciar da se quello, che non gli conuiene, & per espurgarsi, che a ritener cosa alcuna, che gli nocia; perche se altrimenti fosse, saria necessario, che le vene di fuori, & intorno intorno fossero più strette, & quelle di dentro fossero più larghe. Così interuiene al polmone, al quale, & giorno, & notte è mandata gran copia di sangue per la vena caua (la quale secondo alcuni nasce dal fegato) al destro ventricolo del core, & esso parimente lo manda altroue; il che non si può dir del capo, il quale (come hauemo detto di sopra) s'empie tanto spesso, & in tanta abbondanza, & nondimeno non si può da noi in modo alcuno premere, per esser coperto d'ossa, come si fa con il fegato.

Come il fegato non può patir obstruptione alcuna per qual si voglia pienezza.

Come il fegato ogni notte caccia alle vene tutti gli humori, che ha in se.

Come le vene del fegato sono più strette, quãto più vanno al profondo.

Et quelle, che sono nell'estremo, sono sempre più larghe.

A qual fine sia stato fatto dalla natura a questo modo il fegato.

Come queste cose non si possono dire del capo, il quale non si può premere, come si preme il fegato.

Della pienezza. Cap. I I.

MA venendo alla seconda infermità peculiare di Roma, diremo che questa è l'indigestione del ventre, causata da gran copia di cibo preso: & qui per indigestione intendiamo non solo quella, che nasce dal nutrimento poco cotto, ma anco quando è corrotto, & putrefatto. A questo effetto vi concorrono quelle tre cause, che già hauemo detto; per cioche occorredo, che l'aere, & li venti empino spesso tutto il corpo, & massime le vene, le quali alle volte non possono tirar dallo stomaco a se, per esser più piene del douere, il suo solito humore (tanto più quando l'huomo non fa esercizio) & noi dall'altro canto non restiamo di mangiar in

Onde nasce la crudità del ventre.

Quel che s'intende per crudità.

Come alla crudità vi concorrono le tre dette cause.

gratia

gran quantità quelli cibi, li quali in gran mole danno poco nutrimento, non può essere che, & nel ventricolo, & ne gl'intestini non vi s'accumuli gran copia d'humori superflui, eccetto però se il corpo sarà molto lubrico. Oltra di questo vi concorre vn'altra causa; per cioche tra quelle che habitano a Roma, la maggior parte ò sono ricchi, ò se non sono tali, almeno viuono largamente della loro arte; gli altri poi, ò che seruono questi tali, ò che cercano più che possono d'imitarli, tirati dal vitio della gola, al quale naturalmente siamo inclinati. Essendo adunque, & li ricchi, & li artigiani inclinati a prouederse in gran copia, & de' vini, & di tutte quelle cose, che gli fanno di bisogno per il viuere, le quali si conducono a Roma da i luoghi vicini, è necessario che tutti questi insieme con i lor seruitori s'imitino l'un l'altro, & che tenendo il medesimo modo di viuer copiosamente, incorrano spesso in questa pienezza: & tanto più, perche è cosa naturale di tutti li corpi viuenti, & massime di animali, li quali non hanno mai per ordinario il lor nutrimento presente, come sono le piante, ma absente: quando ne hanno commodità, per paura che non gli manchi, sogliono pigliarne non in poca quantità, & solamente quanto gli basti, ma in gran copia, & più che non gli fa di bisogno.

Come tutti quelli, che viuono a Roma, incorrono in questa pienezza.

Vi aggiungo anco vn'altra causa, che la natura, temendo che non gli mancasse il nutrimento, del quale spesso si troua priua, ha fabricato prima il ventricolo, & poi gl'intestini più presto atti a ritenere, che a cacciar fuori, come si può veder da i suoi lunghi rauolgimenti, perche altrimenti se questi membri facessero ugualmente l'offitio della ritenitione, & dell'espulsione, saremmo tutti sforzati a star in continuo esercizio di mangiar, & beuere, ò che la vita ben presto verria meno. Se adunque gl'instrumenti dell'espulsione sono più atti a ritenere, che a cacciar fuori, & gli huomini in Roma per la commodità del nutrimento ogni giorno s'empiono, non vedo come possa essere, che ne' lor corpi non vi sia quasi sempre gran copia d'indigestione, eccetto però se il loro ventre sarà molto lubrico.

A qual fine la natura ha fabricato il ventricolo, & gl'intestini atti più a ritenere, che a cacciar fuori.

Della fiacchezza. Cap. II I.

HA VENDO detto a bastanza dell'indigestione, resta che parliamo del terzo male, cioè della fiacchezza, la quale ha le medesime cause, che hauemo dette, cioè l'aere grosso, denso, & tepido. Questo

Come la fiacchezza ha le medesime cause, che la crudità.

adunque

Come l'aere presto si risolue per grosso che sia.

adunque siccome empie presto, così anco in un subito si consuma, che tale è la natura dell'aere, ancor che sia grosso, di risolversi in un tratto; perciocche ogni aere di qual si voglia sorte sia, di sua natura è dissolubile, anzi ogni notabil vento in un tratto empie, & gonfia le arterie, le vene, & tutto il corpo; ma si come è composto di sottil sostanza, così si risalua presto, & presto perdela sua forza. Di tal natura sono li cibi di questa Città, li quali (come già hauemo dichiarato) sono di debil forza, & danno poco nutrimento, se ben sono presi in gran quantità, danno bene grand'augumento alli corpi, & carni, & li fanno per modo di dire, più gonfi. Ma quando gli huomini sono sforzati, o per negotij, o per qualche mala causa intralasciar la solita cibatione, in un tratto s'infiacchiscono, & s'indeboliscono, & di mente, & di corpo. Si potria anco allegar un'altra causa, che essendo in questa Città molti, che sono tormentati dall'ambitione, non già da quella, che è drizzata alla virtù; ma da quella, che è drizzata alla ricchezza, & alla superbia, molti anco dalli fastidiosi traugli delle litizne seguita, che essendo penetrato questo rannarico nelle più intime parti del cuore, non lascia che l'huomo si possi riposare, dormire, nè manco pigliar il suo conueniente nutrimento; onde è necessario, che la virtù del corpo, & dell'animo ben presto venga meno.

Poi che hauemo dichiarato la natura di quelli mali, che sono familiari a Roma, & insieme anco detto le sue cause, alcuni giudicheranno, che non manchi altro a questo trattato, che sottogiungerli li segni con li quali si conoscono, & appresso il modo con il quale l'huomo si possa da essi difendere, & conseruarsi in sanità. Ma perche queste due parti di medicina, cioè quella che caccia li mali, chiamata da Medici curatiua, & quella che da essi ne difende, chiamata preseruatiua, sono talmente connesse insieme, che non si possono del tutto in modo alcuno separare, ma pigliano il nome da quello, al quale più risguardano. Tratteremo qualche cosa ancora della curatiua, ma con breuità, per non passar i termini proposti dal principio.

Delli segni della fiacchezza. Cap. IIII.

Nota bene li segni della fiacchezza, che ha da venire.

LI segni adunque della fiacchezza, che ha da venire, sono questi, cioè che colui, che è solito hauer il corpo stitico, & gli soprapiunga il flusso, se nel seder suo si fermerà spesso con una gamba sopra l'altra, se le solite sue vesti gli pareranno graui, se hauerà la mente, & l'intelletto

telletto pigro, & tardo; se li sentimenti suoi non saranno liberi, se hauerà dubbio di hauer qualche tranaglio d'animo, & se parlandosi a l'improuiso di quel suo dubbio, si muterà di faccia in maniera, che paia spauentato, & in quel medesimo tempo il polso suo si farà piccolo, veloce, ineguale, & disordinato, & passandosi d'un ragionamento in un altro, il polso ritornarà nella sua prima natura.

Li segni poi della fiacchezza, che già è venuta, sono tali, cioè, che le carni cascano in se stesse, la voce si fa tenue, l'huomo parla con difficoltà, mentre ch'è colcato sta supino, con le gambe hora stese, hora ritirate; non si può fermar molto in un luogo, ma si moue spesso qua & la, & con difficoltà non ha appetito alcuno, è tristo, & nequitoso senza causa. Quando poi l'huomo scopre il petto, ancor che non vi sia gran caldo, & appresso desidera, che la stanza sia aperta, chiara, & l'aere fresco, & gli paia d'esser soffocato dalla stanza ferrata oscura, & tepida. In somma se farà in termine, che di continuo habbia gran desiderio di pigliar qualche cosa, che lo ristori; ma essendoli poi data, non la può pigliare, sarà segno, che il caso è disperato.

Li segni della fiacchezza presente.

Quando il caso è disperato.

Delli segni dell'indigestione. Cap. V.

LA pienezza, o indigestione che ha da venire, si conosce da questi segni, cioè, quando l'huomo fa spesso rotti, & massime inanzi, o dopo pasto. Se si sente satio, come s'hauesse mangiato troppo; se si sente insolita grauezza nel ventre, nè lombi, nelli ginocchi, & nelle gambe; ilche seguita più spesso, se poco prima hauerà mangiato in maggior copia del solito. Et se nel sbadigliar spesso, si stende tutto il corpo fuor di modo; se ha gran sete dopo pasto, se ha la respiratione densa; se il ventre, che prima era mediocrementemente lubrico, si fa o stitico, o lubrico, o acquoso; se ha in fastidio li cibi soliti, & s'imagina, che quelli istessi puzzino; nel beuer poi il solito vino, se ben prima gli piaceua, all' hora o non gli piace, o gli pare, che sia molto più leggiero del solito. Quando poi tutti questi segni perseverano per molti giorni, mostrano chiaramente, che la pienezza, & la indigestione sono confermate, & tanto più, quando la lingua è imbrattata d'una certa flegmaccia bianca; la qual ben presto si fa pallida; & che il ventricolo è molestato d'alcune punture. Et se a quel tale verrà in bocca gran copia di salina, con nausea, o con satietà; & che li rotti che farà, saranno o acidi,

Li segni della crudità che ha da venire.

Quando questi segni durano per molti giorni, quello che mostrano.

Nota alcuni altri segni di grand'indigestione.

o acri,

è acri, è purzolenti, quasi come s'hauessero l'odore d'ouï putrefatti, & che esca gran copia di vento per le parti dabasso, & molto purzolente; che insieme vi sia il dolor di testa. Se passate le cinque, o sei, o sette hore, dopò che hauerà mangiato assai bene, in un tratto, & con gran furia si scopriranno sputi, che impediscano il fiato; li quali se saranno liquidi, & in forma di salina, mostrano c'ha da seguire, o nausea, o vomito; se anco saranno grossi, & viscosi, pronosticano che colui sarà assaltato da vna pericolosa soffocazione.

Delli segni della pienezza di testa. Cap. v I.

Li segni della pienezza di testa c'ha da venire.

LI segni della pienezza di testa c'ha da venire, sono questi, cioè, grauezza della fronte, & de gli occhi; dolor, o peso nella parte posteriore della testa; un circolo a guisa di corona, che occupa prima il fronte, poi le tempie, & poi le parti posteriori della testa, & all'ultimo accompagnato con dolore, molesta tutte queste parti. Seguita gran sonno, gli occhi sono pieni d'humore, o che hanno in se notabil grauezza; quando l'huomo fa essercitio, casca il mocco dalle narici, & la salina dalla bocca; & questo seguita, perche mentre, che il corpo riposa, quando la testa è piena di grand'abondanza d'humori, vi si generano bene molti spiriti, ma per la lor copia si condensano, & chiudono li meati della testa. Ma quando poi per la fatica, la testa s'è riscaldata, quelli spiriti prima s'attenuano, & poi trouandosi in luogo così stretto, si conuertono in acqua, & a questo modo esce la salina per bocca, & il mocco per le narici.

Come per l'essercitio, calca il mocco dal naso, & la salina dalla bocca.

Come si può auer quel male per vn'altro segno.

Questo male si può antiuocere per vn'altro segno, che non è troppo volgare, cioè quando, appresso al resto l'huomo ha le narici, la bocca, il palato, & le fauci secche, & con tutto questo non ha sete, ne manco sente alcun caldo nel petto, & nel fianco destro, doue è sottoposto il fegato; percioche questi segni mostrano, che la testa non solo è piena, ma anco è opilata, & chiusa. Ma perche questo punto non è stato auuertito mai da alcuno, sarà facil cosa, ch'io sia ripreso da molti, come inuettore d'opinioni nuoue, & false: pur se il fatto sarà poi considerato con gran diligenza, si conoscerà subito, che quei mali, li quali con questi segni sono giudicati maligni da altri, & per consequenza, che si debbano curare con quei medicamenti, che resistono alla malignità, chiamati da alcuni bezoartici, senza hauere altra consideratione alla testa, non hanno

Come si conosce, che la testa sia, & piena, & opilata. Come questo fatto non è stato notato da alcuno.

Che questi mali non sono maligni, se non sono stimati maligni.

hanno in se alcuna maggior malignità di quel che habbia il letargo, o la frenesia, & che gli huomini spesse volte moiono non per la forza di questi mali, ma per difetto delli medici.

Quando poi questa pienezza sarà compita, oltre che li segni, che hauemo detto, duraranno molto più tempo, vi sarà anco vn gran strepito d'orecchie, pulsatione delle tempie, lacrime senza causa, & la faccia sarà gonfia.

Quando tal pienezza è compita.

Della cautela, & cura commune delli detti mali. Cap. v I I.

QVESTE cose si sono dette per li segni della fiacchezza, della indigestione, & della pienezza di testa; resta hora, che trattiamo della cura, & della preservatione di questi mali. La presente dottrina adunque è di due sorti, o commune, o particolare; commune cura è quella, la quale resiste a tutte tre queste indisposizioni insieme; particolare è poi quella, che resiste ad vna sola, & particolare infermità; & questa alle volte gioua non solo a gli ammalati, ma anco alli sani; alle volte poi non conferisce se non a gli ammalati. Ma prima bisogna ch'io tratti della cura commune.

Questa dottrina è di due sorti, commune, & particolare. Quale è la commune. Quale è la particolare.

Colui adunque, che mentre ch'è sano, desiderarà di preferuarli da queste indisposizioni, & se pur n'incomincia a sentir qualche principio, hauerà caro, che il male non vada crescendo più inanzi, gli conuerà prima, & principalmente habitar, quanto si può, nel più alto luogo di questa Città, & che la stanza sua sia prima ben chiara, & esposta al Sole d'estate, & d'inverno; & che le porte, o le finestre si risguardino al dritto, l'vna & l'altra in quella parte, doue saranno situate, accioche nissuna sorte d'aere vi si trattenga molto dentro, alirimente si corrompe, & si putrefa; & che non si fermi molto nelle più basse parti della casa, ma nelle più alte; perche a questo modo tirerà sempre a se l'aere più puro, manco grosso, & manco denso. Bisogna poi trattenerli in casa più che si può, quando regnano venti gagliardi; ma se pur all'huomo conuerà d'uscire, deue auuertire di non passar per quella via, per la quale camina il vento; & se pur sarà sforzato a non far altra strada, non deue andar in fretta, ma lentamente in modo, che habbia da tirar manco aere per la respiratione; perche altrimenti il corpo, per quel frettoloso passo, è più facile a tirare; & dall'altra parte il ven-

Prima s'hà d'habitar ne' luoghi più alti della Città, & delle case. Nota le qualità, che deue hauere vna buona stanza.

Che nissuno non si deue fermare molto nelle stanze più basse. Quel che s'hà da fare, quando regnano i venti.

Come il corpo
s'empie di vento.

to, che viene all'incontro, corre con più velocità; per la qual cosa il capo, il petto, & tutto il corpo si viene ad empire fuor di misura di vento, non senza gran danno suo.

Come il ventre
deue esser ben lu-
brico.

E' anco necessario hauer il corpo talmente obediante, che l'enacuazione sua sia ben proportionata alla quantità delli cibi, che si pigliano ogni giorno; la quale in Roma è molto copiosa, come hauemo detto; & la proportionione sarà assai conueniente, se il ventre si euacuerà due, tre, o quattro volte tra il giorno, & la notte. In qual modo poi si possa essequir questo nostro consiglio, se n'è trattato da noi allungo in quel libretto intitolato di lubricar il corpo. Ma accioche quelli, che leggeranno questa nostra opera, non habbiano causa di durar molta fatica in cercar altri libri, & c'habbiano qualche resolutione sopra di ciò, con la maggior breuità che potremo, tratteremo fra poco, come si deue far per lubricar il corpo.

Quante volte al
giorno si deue euac-
quare il ventre.

Et a questo modo mi pare d'hauer a bastanza detto, quel che bisogna per difendersi da questi mali, innazi che n'assaltino; & per raffrenarli quando già sono venuti.

Della particolare preferuatione, & cura della pienezza della testa. Cap. VIII.

MA per venire a qualche particolare rimedio di questo male, l'huomo deue sforzarsi non solo quando si sente già questa indispositione, ma anco quando teme, che non gli venga, di fuggir tutte quelle cose, che hanno in se fermo, & gagliardo odore, com'è il musco, l'ambracano, il zibetto, il belgioino, l'aglio, le cipolle, il porro, la scalogna, & tutte l'altre cose, c'hanno grand'odore, perche tutte empiono la testa; oltre di questo pigliar in poca quantità tutte quelle, che si fermanno, & s'attaccano molto tempo nel ventricolo; in somma lassar tutte quelle cose, che con difficoltà si cuociono, & generano vapori, come sono auellane, noci, mandole, pignoli, pistacchi, dattili, frutti di rouo, & della cerasa seluaggia, melengiani, oliue, persichi secchi, cotogni cotti, & nel vino, o nel mosto, tartufi, specie, legumi, riso, radici, quasi tutte le sorti di semi, come è l'aniso, finocchio, coriandro, cauoli, lattuche, ruccola, carne, & fegato di bufalo, latte, ricotta, cascio, vini molto potenti: & per concluderla, fuggir la crapula, l'embriachezza, & la varietà delli cibi, & delli vini, li quali essendo per la lor suauità facili ad esser presi, quanto più se ne

Come si deuono
fuggire tutte quel-
le cose, c'hanno
forte odore, & qua-
li sono queste co-
se.

Come si deuono
pigliar poche di
quelle cose, che si
fermano, & s'at-
taccano nel ven-
tricolo.

Et che generano
vapori, & quali lia-
no.

Come si deue fug-
gir la crapula, &
l'embriachezza,
& la varietà de' ci-
bi, & de' vini.

se ne piglia, con tanta più difficoltà si sogliono cuocere nello stomaco. Oltre di ciò bisogna fuggir il vomito, il dormir troppo, & massime di mezzo giorno, la stitichezza di corpo, & di non andar al Sole, & di non fare essercitio subito dopo il cibo. Quando l'huomo è sudato, non è bene a beuere molto freddo, nè stare all'aere freddo, nè manco esporri all'aperta per aspettar il Sole, quando il Cielo è mezo coperto di nuuole, accioche l'huomo hora non si scaldi, & hora non si raffreddi; perche da questo ne nascono principalmente le grauezze di testa, & li catarri. Bisogna anco schifare il Sole di mezzo giorno, & il freddo della mattina, & della sera, & l'aere del Teuere; non andar al chiaro della Luna, & all'ardor del Sole, & massime dopo hauer mangiato, & beuuto vino, come hauemo detto. Ma se l'huomo è sforzato andar al Sole, deue con diligenza coprir la testa, accioche non si scaldi troppo, onde poi per star in un subito all'ombra, ne possa patir gran freddo. Deue anco auuertir quando la mattina s'è leuato, come molti sogliono fare, di non pettinarsi molto, nè in fretta la testa; perche a questo modo la pelle si scalda, & per tal riscaldamento è più l'escremento, che si tira, che non è quello, che si risolue. Basterà adunque per un poco moderatamente, & pian piano stropicciare la testa con il pettine, accioche essendo la pelle per quella via fatta alquanto rara, li pochi escrementi, che prima vi erano sotto, possano uscir più facilmente. Et già che a tutti è di gran danno il traouagliar con l'animo, & il pensar assai dopo il cibo, bisogna sapere, che di molto maggior danno è a quelli, che patiscono tale infermità, & ben che l'aere grosso, denso, & tepido, & li flati uehementi, & li luoghi concaui, & piani, dai quali suol sorgere il vapor denso, nociono assai a tutti questi mali (come hauemo detto) nuoce però molto più al capo. In questo caso poi non è dubbio, che saria cosa più utile a lassar del tutto il mangiare, & il beuere; perche a quel modo tutte le superfluità facilissimamente, & presto si consumariano. Ma perche la mutatione della consuetudine suol essere di gran danno, talmente che quelli, che sogliono mangiar due volte il giorno, se la mattina non haueranno preso il suo solito cibo, diuentano subito deboli, da poco, & timidi, sentono gran dolore nel ventre, come se li loro interiori fossero sospesi, & ritratti, l'orina si fa calda, & rossa, li escrementi del ventre s'abbrusciano, la bocca diuenta amara, gli occhi si fanno concaui, le tempie contra l'ordine naturale quasi crollano, le estremità del corpo si fanno fredde, alle volte ancora non possono cenare, & se pur cenano, sono molestati da una notabil grauezza di ventre, talmente che sentono maggior molestia, & traouaglio

Come si deue fug-
gir il vomito, il
dormire troppo,
& massime di me-
zo giorno, & altre
cose, & quali lia-
no.

Quel che non de-
ue fare, quando è
sudato.

Come si deue schi-
far il Sole di me-
zo giorno, il fred-
do della mattina,
& della sera, l'aere
del Teuere, & il
chiaro della Luna,
& altre cose.

Quando si deue
coprir la testa.

Come l'huomo
non si deue molto
pettinare la ma-
tina, & per qual
causa.

Come il traouagliar
con l'animo, è grã-
dissimo danno a
questa infermità,
quando segue do-
po pasto.

Come l'aere gros-
so, denso, li flati, li
luoghi piani, no-
ciono molto a que-
sto male.

Come per conto
di questo male la
ria uene a non man-
giare.

Qual danno segui-
ta dal non man-
giare.

per tutta quella notte, che se haueſſero pigliato il ſuo ſolito cibo la mattina. Per tutte queſte cauſe è molto meglio, in tal caſo, cibariſi la mattina di qualche coſa di buono, ma ben poca, & ſe non vi ſarà ſete, potrà quel cibo eſſer ſodo; ſe anco vi ſarà ſete, biſognerà che ſia liquido, & il numero del mangiare ſarà ſecondo il numero della ſua conſuetudine, verbi gratia, ſe il ſolito ſuo ſarà di mangiar vna volta, mangi vna, ſe due, due, ſe tre, tre volte, talmente che con l'oſeruar la conſuetudine del cibariſi in quanto al numero del tempo, perche queſto non è nè accreſciuto, nè ſminuito, & dall'altro canto datoli il cibo in poca quantità, la natura, perche non ſi muta coſa alcuna, ſe non che ſe gli leua quel poco, che gli è di peſo, fatta più robuſta per la ſottrattione del nutrimento, attende a cuocer, quanto più può, quel che gli auanza, ò a conſumarlo, ò almeno a cacciarlo fuori del corpo.

Non ſarà anco ſe non di molta utilità lubricar alquanto, & leggiermente il corpo, nel modo che abbaſſo ſi dirà.

È anco coſa utile ſtar più ſpeſſo vigilante, che dormire, talmente però, che per leuar il ſonno non ſ'impediſca la concottione. Il capo ſ'ha, da tenere più ſpeſſo alto, che abbaſſato; percioche gli humori non vanno così facilmente all'inſù, come vanno all'ingiu, & per il piano; & però è molto meglio ſtar più ſpeſſo in piedi, ò ſedere, che ſtare colcato. La beuanda ſua ha da eſſer acqua, pur che lo ſtomaco lo comporti; ma ſe ne ſente danno, potrà beuer vino, ilqual però ſia molto adacquato, & ben piccolo. Se la bocca, & le fauci, & le narici ſaranno ſecche, potrà ſi inanzi il cibo onger il palato d'oſimelle, ò maſticar qualcuna di quelle balle, che ſi tengono in bocca la mattina, per far che la ſalina, che già è trattenuta nel capo, più facilmente venga in bocca; & apreſſo ongere le narici con olio di mandole dolci, ò di botiro, li quali però ſiano lauati tre, ò quattro volte con acqua freſca, & di poi uſar alcuna di quelle coſe, che fanno ſtarnutare.

Queſte ſono le coſe, che ſi poſſono fare quando appaiono leggieri inditij di pienezza di teſta; ma quando ſono più gagliardi, biſogna hauerci maggior diligenza, percioche quando il male è grande, è neceſſario venire ò a qualche medicamento gagliardo, ò al canar del ſangue, & non per queſto ſi deuono laſſar da canto le coſe, che hauemo detto di ſopra; tra le quali giudico, che, ſe le narici, la bocca, & le fauci ſaranno humide, ſi può uſare qualche medicamento purgativo; ma ſe ſaranno ſecche, non ſi deuono in conto alcuno venir a queſto rimedio; perche non potranno eſſo euacuare materia alcuna, come quella che è fiſſa nel capo, il

medica-

medicamento dato alle volte non fa ſeruitio alcuno, & ſpeſſo anco è pernicioſo, perche eſſendo li meati del capo, per li quali ſi deuono euacuare quell'humore, chiuſi, come ſi conoſce dalla ſiccità delle narici, & della bocca, ſi può credere, che il medicamento ſolutiuo non tirerà, nè leuarà humore alcuno dalla teſta; ſiccome anco ſi può giudicare da gli altri ſegni della pienezza di teſta, li quali ſenza alcuna euacuatione, non ſolo perſeuerano, ma anco ſ'augmentano. Nè manco l'huomo deuono perſeuerare in quella oſtinatione, & falſa opinione, nella quale molti ſonno, cioè che ſe ben la bocca, le fauci, & le narici ſono chiuſe, nondimeno non è neceſſario, che li altri meati interiori, come ſono le vene, & le arterie, per le quali ſi può euacuare l'humore, che pecca, ſiano ſerrate; poi che è coſa verifiſſimo, che in ſi gran pienezza di teſta, la natura cerchi ſempre di ſcaricarſi; & però ſe qualche meato è aperto, per eſſo principalmente ſi deuono euacuare l'humor ſuperfluo; talche ſe queſta euacuatione ſi fa per le vene, & per le arterie, è neceſſario, che qualche coſa più del ſolito ſ'euacui, ò per la veſica, ò per il ventre; ò per copioſo ſudore, poi che per il ſudore ſi può purgare ogni ſorte d'infermità (come dice Hippocrate) & inſieme con queſta euacuatione ne ſeguirà notabile allenamento di teſta; perche quando tale euacuatione ſi faceſſe, & che non ne ſeguiffe alcuno miglioramento, ſe alcuno poi voleſſe dire, che quella euacuatione foſſe utile, tale opinione ſaria più preſto voluntaria, che ragioneuole. Talche ſe ſi può conoſcer chiaramente, che niſſuna di queſte coſe vi ſono, non ſò con qual ragione poſſa alcuno così al certo affermare, che li meati interiori della teſta ſiano aperti; nè manco mi poſſo perſuadere, che alcuno ſia tanto ardito, che gli baſti l'animo di dar qual ſi voglia medicamento ſolutiuo ad vno, che ſi lamenti di tanta pienezza di teſta, quando ha la bocca, le fauci, & le narici tanto ſecche. Ma vedo, che ſubito alcuno ſ'oppone a queſta mia opinione, con dire, che in queſto caſo ſpeſſe volte il medicamento ha portato grand'utile; delche n'hauerà fatto eſperienza; & di più, che fatta la purgatione, la ſiccità della bocca, & delle narici ſ'è totalmente leuata: & da queſto ſi conoſce, che il medicamento non ha trouato impedimento alcuno; la qual coſa hauemo anco noi molte volte conoſciuto con l'eſperienza eſſer vera, ſi come hauemo dichiarato ne noſtri Dialoghi di medicina, eſponendo l'Aphoriſmo quarto, della ſettione decimona. Ma colui ha da ſapere, che la bocca, le fauci, & le narici ſ'efficciano alle volte con ſete, alle volte ſenza ſete, come diſopra hauemo detto; & di più, che il capo patiſce hora per ſe ſteſſo, hora per conſen-

ſo,

Quando il medicamento ſolutiuo non è d'utile, anzi è di gran danno, & la cauſa di tale effetto. Quando il medicamento non purga dalla teſta.

Come alcuni credono, che ſe bene le fauci, & le narici ſono chiuſe, le vene però della teſta, & l'arterie poſſono eſſer aperte.

Come per il ſudore ſi può euacuare ogni ſorte di mal humore.

Come in queſto caſo non ſi deuono dare alcuno medicamento.

Nota quel che ſi può opporre a queſta opinione.

Qual riſpoſta ſi deuono dare a quanto ſ'oppone diſopra. Come il capo può patir ò per ſe ſteſſo, ò per conſenſo d'altri membri.

Quando il cibo deuono eſſer liquido, & quando ſodo.

Quante volte deuono mangiar l'huomo.

Come l'huomo deuono ſtare più preſto vigilante, che dormire.

Come il capo deuono ſtare più alto, che baſſo.

Come ſi deuono ſtare più preſto in piedi, che colcato.

Quello che ſi ha da beuer.

Quel che ſi ha da fare, quando le fauci, & le narici ſono ſecche.

Queſti ſono li remedij leggieri per la pienezza di teſta.

Queſti ſono li remedij gagliardi per queſto male.

Quando ſi deuono venir a medicamenti ſolutiuo, & quando no in queſto caſo.

Come queste cose si conoscono.

Quando il medicamento è pericoloso.

Quando il medicamento può giouare.

Quando il medicamento spesso non gioua.

Quel che si deue fare prima che l'huomo si risolua di dar il medicamento.

Quando il medicamento ha da esser forte, & gagliardo.

so, cioè quando l'indisposizione, non è principalmente nel capo, ma viene da altre parti. Se queste parti s'esiccaranno senza sete, & il capo sia offeso, & pieno per se, & non per consenso, all'hora il medicamento è molto pericoloso; ma se vi sarà insieme la sete, la qual nasce dalle altre parti, come se nascesse da qualche mala disposizione del ventricolo, in questo caso si truoua, che la purgatione è stata di qualche giouamento. Si come adunque gioua qualche volta, ma non sempre, così ancora molti s'ingannano, li quali sperando di leuar questa pienezza di testa il primo, o il secondo giorno, con dar all'ammalato qualche gagliardo medicamento, non dico già, che tal cosa non possi accader qualche volta, se ben spesso l'huomo s'inganna; ma il più delle volte non riesco cosa alcuna buona, & tanto più, quando la bocca, le fauci, & le narici sono secche senza alcuna sete; nè manco si vede alcuna euacuatione, che possa scaricar la testa.

Truouo però gran difficoltà per far che l'huomo si risolua, quando è ben dare, o non dare in questo caso, medicamento solutiuo. Si che bisogna inanzi, che l'huomo si risolua, mollificar il ventre per tre, o quattro giorni, con quelle pilole, che di sopra hauemo detto; ouero con qualche leggiero clistero. Et se a questo modo il capo s'alleggerirà alquanto; ma che per questo si possa giudicare, che il male non si risolverà affatto, bisogna in tal caso seruirsi di qualche medicamento, ilqual se non sarà gagliardo, non può essere se non pericoloso. Et così hauemo dichiarato quando, & in qual modo si deue dare il medicamento gagliardo nella pienezza del capo.

Del cauar del sangue.

Quando in questo caso è necessario cauar il sangue.

Da qual parte si deue cauar il sangue.

MA se la siccità delle fauci, della bocca, & delle narici, non si leuerà con li rimedij che hauemo detto, & non solo sarà ostinata, ma anderà ogni giorno crescendo insieme con il male, bisognerà risolversi di cauar sangue, pur ch'altro impedimento non ci sia. Et però se si verrà in cognitione, che la causa di questo male nasce perche si iratenga il sangue, che forse soleua uscir per le narici, o per le hemorrohidi, o per la matrice, bisogna quanto prima cauar sangue da uno di questi membri doue è ritenuto, & in somma s'ha da cauar quanto più si può, da quella parte, nella quale si conosce, ch'è stato ritenuto; ma se non si potrà di sicuro comprendere da qual membro interiore nasce questa pienezza, in tal caso bisognerà risolversi di cauar il sangue dalla vena della

della testa; poi ch'ogni vn giudica, che questa vena habbia maggior corrispondenza con il capo, che ogni altra vena.

Nè bisogna ascoltar coloro, li quali, essendo, verbi gratia, ritenuto il sangue dalle narici, curano questa pienezza, cauando prima sangue dalla vena del fegato, & poi dalla vena della testa, & poi dalle narici; poi che non sò come si risoluessero, se la natura in questo caso euacuasse prima il sangue dalle narici, cioè se questa euacuatione fosse per giouare, o per nocere; se essi rispondessero, che noceria, bisognaria dimandargli la causa di questo nocimento; poi che non è da credere, che leuando la causa del male, si possa dar danno all'ammalato; ma se rispondessero, che gioueria, non vedo con qual ragione possano riprender colui, il quale imitando la natura, che opera bene, cauarà sangue nel principio da questa parte. Nè manco è da dubitare di cauar sangue in tal caso, ancora, che la natura curi questo male, con euacuare la pituità per il naso, & per la bocca; percioche in simile pienezza, come si può conoscere dalle cause, che hauemo detto di sopra, le vene del capo (ilche anco si comprende dall'anatomia) sono sempre piene, & il sangue cauato euacua ben prima le vene, ma poi fa questo buon effetto; che, se come il ceruello, per esser tanto pieno, a pena prima si poteua alzare, così poi si riuira in se stesso, si dilata, & finalmente viene ad acquistare la sua solita, & facile respiratione, & insieme li meati communi si dilatano di maniera, che tutte le materie superflue, che in esso si ritrouano, si euacua da se stesse, come si vede manifestamente con l'esempio dell'Inacquatorio de' giardini, chiamato da gli antichi Clepsidra, il quale essendo pieno d'acqua, con aprir il buco di sopra, ella esce liberamente per li buchi da basso. Hauemo adunque insegnato in qual modo l'huomo si deue difendere da questa pienezza, prima che venga, & com'è venuta, in qual modo se ne può liberare.

Quando s'ha da cauar il sangue dalla vena della testa.

Nota quanto si dice cōtra di quelli, che prima cauano il sangue da lochi lontani, & poi da quelli, che prima sono lefi.

Come conuene alle volte cauar sangue ancor che pechi vn'altro huomo.

Il buon effetto, che segue, quando si caua sangue dalla testa, nella gran sua pienezza.

Della pienezza del ventre. Cap. IX.

SEGVITA che parliamo della pienezza del ventre, nella quale nessuno giamai cascarà, il quale si come ogni giorno è sforzato a mangiar in gran copia, per la poca forza delli cibi, come già hauemo detto, così ogni giorno ancora farà una copiosa euacuatione di ventre. Ma però bisogna, che costui auuertisca molto bene, che il cibo c'ha da prender non sia tanto, che graui lo stomaco, nè manco che sia si poco, che nuoti per la

Si come ogni giorno si mangia, così ogni giorno si deue hauere beneficio del corpo.

A che si deue auuertire, quando si mangia.

Come si può conoscere facilmente se l'huomo non ha mangiato troppo.

Come si conosce se uno ha beuto troppo.
Come si conosce se uno ha mangiato troppo.

Per qual causa, quando si mangiano cibi solidi, si deve beuer acqua, & non vino.

Ciò che deve far uno, quando ha mangiato troppo.

Come il vomito non è buono, quando uno ha mangiato troppo cibi solidi.

Il danno, che segue dal vomito molto sforzato.

Quel di, che si deve nutrire l'huomo in questo caso.

Quando si abene a vomitar due volte il mese.

per la cavità di esso, cosa che si conoscerà facilissimamente, se dopo il cibo si sentirà leggiero, di bel colore, & allegro, & che non senta dolore, o tensione alcuna intorno & sotto al ventre, che non senta nausea, ne manco che ascenda alla bocca alcuno odore, o sapore di quel che hauerà mangiato, & beuto, ma più presto il contrario, cioè che habbia più bel colore, sia più pronto al mouersi, & più robusto, & poi che la notte seguente dorma bene, & la mattina, quando s'è leuato, sia allegro, & che non spunti molto, nè manco ch'escia gran materia per il naso. Se poi non hauerà la respiratione libera, sarà segno che hauerà beuto troppo, & se hauerà gran sete, sarà segno ch'auerà mangiato troppo. Nel qual luogo bisogna auuertire, che quelli, che sogliono mangiar assai cibi solidi, debbano beuer assai acqua, con la quale li cibi si possano più facilmente squagliare, & non vino, il quale è molto sospetto in questo caso; perche si vede per esperienza che indurisce il pane, la carne, li pesci, & le altre sorti di cibi. Ma perche non si truoua persona, che senta utile dal satiar se troppo per una gran fame, nè dall'estrema abstinenza per la gran pienezza; quando l'huomo si sente pieno, per hauer mangiato troppo, all' hora nè bisogna del tutto star senza cibo, per non confonder l'ordine della sua natural consuetudine, perche questa mutatione porta gran danno; nè manco mangiar cibi solidi, perche sono difficili da cuocere; ma deue sorbire o brodi, o qualche cibo liquido, che presto si cuoca.

Quando poi uno s'è empito non di beuanda, ma principalmente di cibi solidi, costui non solo non sentirà utilità alcuna dal vomito, ma più presto notabil danno; perciò che quanto più lo stomaco si troua pieno di cose graui, & dense, come son questi cibi, se si pigliano in gran quantità, tanto più difficilmente si fa l'espulsione per il vomito, poiche quella materia per esser graue, se ne va al basso, & non all' insù. Onde non è poi marauiglia, se nel sforzarsi l'huomo à vomitare, per quel gran puntamento che vi mette, se gli rompe spesso qualche vena, o almeno mentre che il ventricolo troppo si stende, non incorra in grande estenuatione, & debilità. Però è molto meglio in questo caso beuer alle volte qualche brodo, o simil cibo, con il quale si possa liquefar, & cuocere quella solida, & cruda materia, che è nello stomaco, che esporri a questi pericoli, eccetto però se l'huomo fosse molto inclinato, & facile al vomitare. Et ben che Polibo, ouero Hippo. nel libro del vitto de' priuati, esorti l'huomo a vomitare due volte al mese, questo si deue intendere principalmente di quelli, li quali senza mangiar cosa alcuna, attendono solo a beuer in gran quantità, come erano li Greci, a quali esso scriuena; cosa che

ANCO

anco noi laudiamo ne' gran beuitori, & massime se vi sarà notabile necessitá; pur che questi tali sappiano, che colui, il quale sarà solito à vomitar spesso, o ogni giorno, non può in conto alcuno esser ben sano, ne manco naturalmente inueccchiarsi, eccetto se vi sarà molto inclinato di natura. Finalmente quando ci saranno leggieri inditij di pienezza, a costui, se sarà solito a beuer assai, basterà solamente lassar il vino, perche per questa sola via sentirà molto maggior giouamento, che se si gli leuasse alquanto di cibo. Ma se sarà huomo di gran cibo, non è conueniente lassar il vino, ma più presto leuar vna parte del solito cibo. Se poi vi saranno inditij manifesti di maggior pienezza, non solo, lassando il vino ha da beuer acqua, ma anco sminuendo il cibo, ha da lassar del tutto la carne; qualche uolia ancora ha da mangiare manco pane del solito, & si deue contentar di qualche cibo humido, & massime di herbe. Dopo pasto non bisogna mangiar cosa alcuna, & sopra tutto fuggir li pomi, & li frutti horarij. Oltre di questo deue lassar quelli cibi, che incitano l'huomo a mangiare, ancorche non habbia fame; & parimente quelli vini, che inuitano l'huomo a beuer senza sete. Ma quando la pienezza è tanto grande, che non può quasi esser maggiore, bisogna lassar del tutto il mangiare, & il beuere, & solo, per conferuar la consuetudine della natura, sorbir qualche cosa liquida, & di poca sostanza. Oltre di questo, deue, con un leggiero medicamento procacciarsi qualche euacuatione, & massime quando il ventre è totalmente stitico; per la qual cosa poi ne vengono infragioni, caligini d'occhi, dolori di testa, & altri mali nella parte superiore. Ma sopra il tutto bisogna auuertir di non pigliar nè medicamento, nè clistero subito dopo il cibo; percioche quell' humor crudo nel ventricolo sia ostinatamente saldo, & non si moue sia tanto, che non è ben alterato, & liquefatto. Però se alcuno tenterà di euacuare questa materia per via di qualche medicamento solutiuo, ne seguirà che se pur uscendo dallo stomaco per il suo orificio inferiore, passerà a gli intestini, questo sarà con gran dolore, & danno dell' amalato; ouero che il medicamento non euacuerà parte alcuna di quella materia, per la quale è stato dato, ma in luogo suo euacuerà qualche parte di quelli humori utili, con l'aiuto de' quali quella materia superflua si faria potuta cuocere; la qual priuata di buon succo, si rende più difficile alla concottione, si conue a' tempi nostri occorse a uno, il quale, per hauer mangiato gran copia di ramoracci, il giorno seguente, hauendo lo stomaco pieno di molto vento, con grandissimi dolori, per consiglio d'un medico prese dieci dramme di diacatolico, &

E e due

Come li Greci erano gran beuitori.

Come quello, che spesso vomita, non può esser ben sano, nè di lunga vita.

Quando basta solo a lassare il vino.

Quando non basta lassare il vino.

Quando si deue lassare il vino, & la carne, & mangiar manco pane.

Quando si deueno mangiare herbe, & lassare li frutti, & altre cose.

Quando non si deue mangiar cosa alcuna, ma solamente beuer brodi.

Quando s'ha da pigliar medicamento.

Il danno, che segue per hauer il ventre stitico.

Che non si deue pigliar nè medicamento, nè clistero subito dopo il cibo, & perche.

Il danno, che segue quando uno piglia medicamento solutiuo, prima che sia ben alterato, & liquefatto il cibo todo nello stomaco.

Nota il caso occorso a quello ch'auerà mangiato molti ramoracci.

due dramme di iera; con ilqual medicamento si purgò gran copia d'acqua; ma il ventricolo sentiua molto maggior dolori di prima, & a questo non giouauano clisteri, non ontioni, non fomenti, non theriache; talmente che la cosa era ridotta all'ultima disperatione, quando noi chiamati a questa cura, leuati tutti gli altri rimedij, con dargli solamente brodi da beuere, accioche quelli ramoracci ancora crudi, & graui nel ventricolo, come posti a bollire nel modo, che si deue in una pignatta, s'alzassero in alto, si cuocessero, & si squagliassero, & liberassimo colui da i dolori, & da gli altri mali.

Così accade, quando l'huomo ha qualche materia superflua, & cruda nel corpo, la quale si può di sua natura cuocere; & cerca d'euacuarla o con medicamento, o con cauar del sangue, ne sente sempre notabil nocimento. Imperoche s'impedisce la concottione di quel che per se stesso si cuocerebbe, & con mouersi quello, che spontaneamente posà, & si ferma, quale deue esser quello, che si cuoce, si come auuertisce Hippocrate, nel sesto dell'Epid. si mette in pericolo la cosa, che in se è sicura: ilche si fa principalmente, quando si leua dal corpo qualche humore, che poteua portar utile con la sua mistione alla cottion, che si douea fare: finalmente quella materia priuata dell'humore; con l'aiuto del quale si poteua più facilmente cuocere, per esser seco composta, trauaglia l'ammalato con maggior uehemenza, & più lungo tempo, & qualche volta ancora lo riduce a gran pericolo di vita; & tanto basta circa ciò. Ma se in particolare l'ammalato farà li rotti pu'zolenti, & cacciarà fuori ventosità per le parti da basso, che pu'zi, & si lamentarà di dolor di testa, non ha da beuer vino, nè mangiar cosa alcuna soda, nè manco deue in tutto star sobrio. Percioche il vino ferma nel ventricolo, & indura le cose putrefatte, & gli augumenta il calor loro, & offende la testa già debole. Il cibo poi, perche è di soda sostanza, sicome in questo caso non si squaglia facilmente, ma vien fatto più secco dal calor putrido, così aggraua, crucia, & debilita molto più il ventricolo. Lo star poi affatto senza pigliar cosa alcuna, è causa di maggior debilità; percioche le cose putrefatte non possono dar nutrimento alcuno; per la qual cosa Hippocrate, nel quarto de gli acuti dice, che colui, ilquale è molestato da dolor di testa, & dalla crapula, non può star digiuno senza qualche dispiacere; ma come esso dice, deue sorbire del brodo caldo, accioche paia più soaue; & questo fa con consiglio d'Heraclide Tarentino, ilqual diceua, che quando uno è molestato o da indigestione, o da colera, è conueniente con mediocri portioni mescolare gli humori corrotti con

In qual modo colui fu ridotto in sanità.

Quando si mettono in pericolo le cose sicure.

Quando non s'ha da beuer vino, nè mangiar cose solide.
Il danno, che porta il vino.
Il danno, che porta il cibo solido.

Il danno, che seguita a non mangiar cosa alcuna.

Che quelli, che sono molestati dalla crapula, non possono star digiuni, & quel che hanno da fare.

ti con nuoua beuanda, perche con questa mistura la putredine, & il fetore si contempera in quel modo, come si fa con l'acqua posta sopra d'una cosa pu'zolente. Et così essendo in certo modo la natura rinfrancata, caccia fuori per il ventre questi humori superflui, non con violenza, ma piaceuolmente; talmente che si può concludere, che nissuna altra sorte di cura ha quasi mai portato giouamento alcuno a questo male, senza qualche altra gran molestia.

Et a questo modo si conosce, come si deue procedere quando l'huomo ha il ventre troppo pieno; in qual modo poi, & con quali medicamenti si debba lubricar il ventre, si scriuerà più abbasso.

L'utile del brodo.

Quando la natura caccia piaceuolmente gli humori cattiuu fuor del corpo.

Della cura, & preferuatione della fiacchezza. Cap. X.

E' NECESSARIO in questo fatto considerare benissimo se l'huomo per qualche passion d'animo si sente fiacco; ilche si conoscerà facilmente dalle parole dell'ammalato, da nuoui, & insoliti atti, & anco dal polso, se se gli applicarà la mano, & con diligenza si contemplerà; percioche questi tali quasi sempre sono tristi, & pallidi, & sospirano assai, & quasi mai dormono; non mangiano con appetito, non hanno cura di cosa alcuna, trauagliano disordinatamente, & in somma paiono impazziti con qualche ragione. Il polso poi è quasi come deue esser naturalmente, non solo hauendo rispetto all'età, al sesso, & alla complessione, ma anco a quella infermità, la quale all'hora lo può trauagliare. Ma quando si viene a far mentione di quella cosa, per la quale colui è trauagliato, ilche però si deue fare con tal garbo, che l'ammalato non si auueda che alcuno sappia questo suo affanno; ilqual sospetto confonde il giuditio della cosa dubbiosa, & varia similmente i polsi, li quali si agitano precipitosamente, & si fermano, & si muouono senza ordine, senza ugnalità, & senza misura.

Ma quando si cessa da questo ragionamento, o subito, o fra poco, tornano nello stato primiero; ma di questo bisogna farne l'esperienza, più & più volte; altrimenti se l'huomo lo farà se non due, o tre volte, si trouerà spesso ingannato; perche il polso si suole alterar per mille altre cause. Poiche adunque verisimilmente si sarà venuto in cognitione, che la causa della fiacchezza è qualche passion d'animo, all'hora l'officio del medico diligente sarà d'investigare ancora quanto profondamente

Come si conosce la fiacchezza, che nasce dalla passion d'animo.

I segni della passione dell'animo.

Quale è il polso suo.

Come si porta colui, quando si tratta di quella sua passione.

Il polso si altera per molte cause. Quello che deue fare il medico, poi che ha conosciuto che la fiacchezza viene da passione d'animo.

sia penetrata nell'animo; perciocche è di molta importanza sapere se quella passione è penetrata o poco, o assai; & benchè sia cosa tanto difficile, che con l'arte non s'è potuto sin' hora arriuare a questa cognitione, è però conueniente sforzarsi di conoscerla con qualche ragionevole coniettura. Però poi che il medico haurà con gran diligenza considerato il tutto, con pigliar il polso in mano, & con essortar l'ammalato a star di buona voglia, è cosa conueniente, & opportuna non più tenergli nascosto questo suo male, ma con bel modo farglielo sapere, accioche conosca la sua infermità. Et mentre che si viene a questi termini, deue il medico con gran diligenza considerer benissimo la faccia, gli occhi, & massime il polso dell'ammalato, perche in esso si sentirà gran mutatione, & trauglio, come hauemo detto. Se adunque questa passione haurà fatto poca impressione, mentre che questo si raccontarà all'infermo, la sua faccia subito si spauenterà, & gli occhi si mutaranno, & il polso si farà disordinato, ma quasi subito esso confesserà, che s'è trouato il principio, & la causa del suo male: onde si rallegrerà, & con la speranza, che hauerà nel medico, crederà presto di risanarsi; & per questo anco andarà pian piano riposando, & comincerà a pigliar bene il sonno: il polso, & gli occhi ritorneranno ben presto nell'esser suo, & in somma ogni cosa andarà di bene in meglio; & si come il male in un subito si rimetterà, così ben presto si leuarà del tutto. Et in questo caso non è bisogno altro rimedio, che il trouar la causa nascosta, la quale così secretamente traugliaua l'infermo; laqual cosa noi hauemo prouato non vna, ma molte & molte volte. Et di questo non dirò più altro, non perche con verità non mi sia occorso a far queste cose, ma perche essendo già passate, mi dubito, che non mi saria forse creduto, s'io le raccontassi con molta diligenza. Ma ben dirò, che quelli, che hanno visto, possono esser testimonio di tal cosa, se pure ancora sono viui.

Ma se questa passione sarà penetrata molto al profondo, poiche si sarà ragionato a quel modo, che hauemo detto, all'infermo, ne seguiranno le medesime mutationi, ma non per questo s'acqueteranno, come accaderà nel primo caso, anzi duraranno molto più, & l'ammalato sempre anderà di mal in peggio; ilquale essendo interrogato di qualche cosa, spesso affermerà, spesso negarà, & tal volta ancora passerà da un proposito a un altro, o che arditamente dirà, che si debbia parlare d'altro, che di questo, ma se forse per all' hora s'alleggerà alquanto, perche crederà che si sia trouata la causa del suo male, nondimeno gli altri accidenti perscueraranno longo tempo nel esser suo, talche non solo il male non s'at-

legerirà

Quando si deue dir il suo male a l'infermo.

Quel che deue fare il medico mentre gli lo dice.

Come si conosce, che questa passione habbia fatto poca impressione.

Quando non è bisogno altro rimedio, che il trouar la causa del male.

Come si conosce il male, quando è penetrato al profondo.

legerirà, ma più presto ogn' hora andarà crescendo.

La principale intentione adunque del medico, in questo caso, deue essere di leuar la causa con tutti quelli contrarij rimedij, che si possano trouare: la seconda deue essere di prouocare con ogni diligenza, il sonno, poiche gli ammalati di questo male, si consumano in gran parte per il non dormire: la terza è, se nessuna di queste due può hauere effetto, di diuertire altroue la mente dell'ammalato, accioche quanto più si può, si scordi di quella così pericolosa imaginatione. Contrarie adunque al male sono tutte quelle cose, che di rimpetto se gli oppongono, verbi gratia, se per essere uno stato priuato di qualche dignità, gli sarà venuto questo male, s'ha da sapere al certo, che reintegrandolo di quel honore, subito si risanarà, il simile si può dire di pigliar moglie, o di qualche altra cosa bramata: perciocche il godere la cosa desiderata, subito è causa della sanità di colui, ma non potendosi fare alcuna di queste cose, s'ha da affaticare per trouar qualche cosa al proposito di tale effetto, c'habbia simiglianza di quella, & con tal maniera, & diligenza l'ha da adombrare, che l'ammalato creda in ogni modo, che tal cosa sia quella istessa, che gli desidera. In somma si deue quanto può affaticare di porre in sua possanza tutto quello, per la cui assenza ha potuto hauere, ouero s'è imaginato d'hauere quella fiacchezza.

Se l'animo di colui per queste cose si sarà riposato, si può tenere per certo, che anco il sonno ne verrà in conseguenza, ma se pure non potrà dormire, bisogna applicarli qualche rimedio, ilquale inuiti a dormire la sua natura, già stracca per le troppo lunghe vigilie, già che interuiene al non dormire, quello che interuiene per non mangiare al tempo suo, perche se uno hauerà fame, all' hora conueniente del mangiare, & non pigliarà il suo cibo, ne seguita, che subito gli cessa l'appetito, & non gli suole ritornare così presto, se non è prouocato, da qualche incitamento di soauì cibi: così accade a quelli, a quali essendo passata l' hora consueta del dormire, o c'hanno perduto affatto il sonno, o se pure dormono, il sonno suo è molto traugliato, & così, si come il mangiare troppo, è di grande nocumento dopò, che l'huomo ha patito vna gran fame, così nuoce il gran sonno, dopò vna longa vigilia; & però bisogna prouocare il sonno, non con quelli rimedij, che sono molto efficaci a produrre questo effetto, perche queste cose tali impediscono la natura, fanno l'huomo attonito, & estinguono il calor naturale; ma con quelle, che leggiermente cacciano la vigilia, & prouocano il sonno, tra le quali questo è delli più facili, cioè dopò l'hauer mangiato, & massime dopò cena, ritirarsi

Qual deue essere la principale intentione, in questo caso. Quale è la seconda intentione.

Quale è la terza intentione.

Quale sono le cose contrarie a questa infermità.

Il danno, che segue per non dormire.

Il longo sonno nuoce dopò longa vigilia. Come si deue prouocare il sonno in questo caso.

Il più facile rimedio, per prouocare il sonno.
Rimedi medicinali, per prouocare il sonno.

arsi in un luogo oscuro, & iui riposarsi con gli occhi chiusi, alle volte anco l'huomo si può seruire d'uno di quelli vasi portatili, che gettano pian piano acqua, con vno soauo strepito, incitatio del sonno. Oltre di questo sarà bene a pigliare in quella medesima hora vn'oncia, & meza di siropo violato, ouero di ninfea, ouero vn'oncia di quello di papauero, ouero vna meza oncia, ò poco più, ò meno di diacodion, senza specie, ouero altrettanto di latte di seme di papauero bianco, ouero l'istesso seme pesto, & ridotto in forma di ricotta con il Zuccaro sopra, la quale si fa a questo modo, cioè si pestano li semi di papauero nel mortaio, poi stemperati con l'acqua si colano con un panno di lino, & quello, che n'esse si mette al fuoco in vno pignattino piccolo, & da questo ne viene vna cosa, che si assomiglia alla ricotta: s'hauerà sete, potrà pigliare due oncie di decottione di lattuca, ò di fior di viole, & beuerla con li siropi di sopra ordinati, potrà anco mangiare alquante mandole, dell'aniso, dell'aneto, & delle lattuche, oltre di questo se vi fosse solito, potria pigliare vn poco di cipolla, ò di porro, & beuer vino nuouo.

Come si concino li semi di papauero in forma di ricotta.

Di quelle cose, che diuertiscono altroue l'animo dell'huomo male occupato. Cap. XI.

MA se fatte queste cose l'ammalato non pigliarà alcuno miglioramento, bisogna mettere mano à quelle cose, che diuertiscono l'animo suo altroue, & queste sono di tre sorti. Alcune intorbidano li spiriti, li stordiscono, & li sturbano, & mutano talmente l'animo, che qualche volta leuano tutta la memoria di quella cattina imaginatione. Alcune fanno il medesimo effetto, ò perche dilettano, ò perche promettono gran speranza di salute. Alcune altre per esser molto violente al corpo, & di gran paura nell'animo, con lo spauento del presente male, leuano la imaginatione fissa dell'altra infermità, & mentre, che s'improntano nell'animo vna cosa, differente da quella, che tanto haueuano à petto, si scordano affatto della prima infermità.

Fra li primi rimedi, è il vino potente, & puro, & altre cose.

Tra li primi rimedi, è il vino potente, & puro, il mitridato, la Theriaca, le trifere grandi, le pilole di cinoglosa, & tutti li medicinali, che hanno in se opio, perche tutte queste compositioni, benché sogliano anco prouocare il sonno, nondimeno adesso si propongono con altra intentione, come poco fa hauemo detto, che per prouocare il sonno.

Quali sono li secondi rimedi.

Li secondi rimedi sono gli amici grati, piaceuoli ragionamenti, li ucelli,

ucelli, cani solazzuoli, caualli di grandissimo prezzo, la musica, il nauigare, il pescare, & in somma tutte quelle cose, che piacciono sommamente all'huomo, quando è sano di mente; oltre di questo vi sono molte cose per mezzo delle quali l'huomo spesso si promette la sanità, con maniere marauigliose, & quasi diuine; di questa sorte sono gli incanti appresso à quelli, che gli hanno gran fede, altrimenti, si come sono totalmente vani, così non portano alcuno giouamento. Vi sono ancora alcune cose di gran credito, & riputatione, & che non si trouano, se non nelli Thesori di gran Principi, come è la confettione Alchermes, di giacinto, il diamosco dolce, il diambra, la terra lemmia, la terra armenia, la pietra bezoar, l'alicorno, & il grano indo poco fa ritrouato, & altre cose simili.

Nota quello, che si dice degli incanti, & qual virtù habbiano.

Quali sono le cose di gran credito.

Li terzi rimedi sono l'helleboro bianco, l'antimonio preparato, & le pilole di precipitato, & altre simili cose.

Del vino puro, del mitridato, & della Theriaca contra la tristezza. Cap. XII.

PER ritornare alli primi rimedi, dirò, che il vino puro beuuto alquanto licentiosamente, spesso è causa di prouocare, ò il sonno, ò allegrezza, ò dolore di testa: se causa sonno, perche à questo modo gli spiriti si riposano, s'augumentano, & si confortano, ne viene in conseguenza, che anco il traualgio dell'animo, che prima vi era, ò s'allenta assai, ò si distrugge affatto; se produce allegria, ne seguita il medesimo effetto, per le medesime cause; se anco causa dolore di testa, ne seguita almeno, che mentre, che l'huomo pensa a questo, si scorda dell'altro male. Il mitridato poi, & la Theriaca, & altre cose simili, le quali hanno in se vn vapore graue, & qualche volta ingrato, perche empiono la testa, & offuscano li sensi, & di più embriacano spesso l'huomo al paro de' vini potenti, come molte volte hauemo notato, prima suspendono li grandi affanni, & poi date più volte, mentre che generano vna certa insingardagine, mutano affatto la natura di questo male, ma quelle compositioni, che si fanno con l'opio, non se ne da più che vno scropolo, ò due: & sopra il tutto si deue dare poco innanti, ò subito dopo cena, perche la notte seguente fomenta, & acresce la loro possanza, nè è da credere à quelli, che dicono, che questo tempo non è conueniente per dare tal medicamento, perche Andromaco

L'effetto del vino puro, & potente.

Se causa sonno, qual vtile ne seguita.

Il medesimo seguita, se produce allegria.

L'vile che ne segue, quando causa dolor di testa.

L'effetto del mitridato, & Theriaca.

Quanto, & quando li deuono dare le compositioni, che si fanno con l'opio.

dana

daua la Teriaca innanti, & dopò cena, si come mostrò con questi versi, che allega Galeno nel primo de gli Antitodi.

Πίνοι ἐν δ' ὄτε νοῖτον ἀγὰ κνέφνας ἀλλ' ὄτε δ' ἠέε

Ἀλλ' ὄτε καὶ διπλῶ ἐς ποσειδ ὄρνυμφοί.

Li quali versi voltati in volgare questo significano.

A dormir quando vai, ò la mattina.

Piglialo, ò se pur voi due volte il giorno.

Quanto alli secondi rimedij bisogna sapere, che tutte le cose allegre tirano l'ammalato da vno fastidioso pensiero all'allegrezza, l'altre cose poi non possono giouare in altra maniera, se non perche, hauendo l'infermo posto in esse gran fede, come quelle, che sono ò di grande autorità, ò che sono di gran precio, ò che si sono hauute con gran fatica, l'ammalato spera di risanarsi facilmente per via loro, alla quale opinione, quando esso applica molto l'animo, la prima sua fantasia casca della memoria, & à questo modo entra in suo luogo l'opinione della sua futura sanità. Ma è gran marauiglia, che la confettione Alchermes (per essempio) gioua in questo caso, per una sua proprietà occulta; perche l'Ambra, il mosco, il cinnamomo, il legno aloe, con la sua calidità, & siccità producono più presto vigilia, che altrimenti, la quale si deue fugire, più che si può, nelle perturbationi dell'animo. L'oro poi non si può nè cuocere, nè superare in modo alcuno dal calore naturale, cosa, che si conosce facilmente, perche si come alle volte si piglia puro, così anco puro si rende. Il cremesino poi se ha da rallegrare il cuore, è necessario, che lo riduca alla sua propria natura, ma non so come potrà far questo effetto, & il medesimo si può dire delle perle, non perforate, ma la pietra cyanea, se vi entrerà in poca quantità (come vogliono la maggior parte) non porterà giouamento alcuno, ma se vi se ne metterà assai, come altri vogliono, non giouerà se non in quanto che farà maggior euacuatione, laquale in questo caso non solo è vana, & superflua, ma ancora è sempre di gran danno, perche attendendosi solamente alla cura dell'animo, non è bisogno venire à questa sorte di euacuatione. Però se questa compositione gioua, non può giouare per altra causa, se non perche è di gran prezzo, & si stima, che sia composta di cose nobilissime, le quali giouano assai, quando tutto il male sta nell'animo, ma quando è solamente nel corpo, tutto questo è vano. Percioche li ammalati hauendo la mente offesa, & sentendo li medici, li speciali, & gli altri tutti, che mandano al Cielo con le sue lodi l'oro, l'ambra, il mosco, & altre cose che entrano in questa compositione,

Nota l'effetto dell'allegrezza.

Come le cose di gran credito giouano.

Come la confettione Alchermes non può prouocare il sonno, ma più presto vigilia.

Come l'oro non può essere buco in questo caso, perche non si può cuocere.

L'effetto del cremesino, & delle perle.

Come possa giouare, & nuocere la pietra cyanea.

Come l'euacuatione grande è dannosa.

Come la confettione Alchermes, può giouare in questo caso.

Come gioua, se il male è nell'animo, ma non s'è nel corpo.

sione, si come gli prestano gran fede, così sperando per essi di risanarsi, mutano opinione, & à questo modo acquistano la fanità. Poiche hauemo trattato delli secondi rimedij, parleremo hora delli terzi, che sono gli ultimi.

Dell'helleboro bianco. Cap. XIII.

QUANDO li rimedij, che hauemo detto non haueranno giouato, ancor che l'helleboro bianco non si possa dare senza qualche sospetto, nondimeno se il corpo dell'ammalato, sarà bene preparato, nel modo, che abbaso diremo, & che le forze non siano troppo debili, è solito a portare qualche utilità, quando si da per prohibire & leuare del tutto questa sorte di fiacchezza, che dipende dall'imaginazione: percioche si tiene per certo da quelli, che mettono qualche distintione dall'attrabile all' humor malinconico, che questo medicamento purga li malinconici, & li pazzi, non solo quelli, che sono impazziti per questi humori, ma ancora quelli, la cui pazzia ha origine solamente da passione d'animo, & che purgando hora li detti humori, hora solamente la flegma (che è di maggior marauiglia) è solito di essere causa della sanità dell'infermo, come noi molte volte hauemo obseruato. Ma non mancaranno alcuni li quali entreranno in vno ragionevole dubbio, come possa tale medicamento leuare la melancolia c'habbia origine solamente dall'animo, percioche non concorrendo a questo effetto ne l' humor melancolico, ne manco l'attrabile, non si può sperare util alcuno dalla loro euacuatione: è vero, che qualunque altro potrà rispondere, che l'euacuatione di questi humori prohibisce, che quella pazzia non si fomenti, nè manco pigli augumento, ma mettiamo, ancorche il tutto sia di questa maniera, perche questo medicamento non leua la causa efficiente, la quale è pura imaginazione, è cosa chiara, che questa sorte di melancolia non si può in conto alcuno curare, con l'euacuatione di questi humori. Ma a questo vn altro all'opposito dirà, che per esserui testimonij in contrario, d'Autori Antichi, & poi l'esperienza de' nostri tempi, nelli quali molte volte s'è visto, che li pazzi solamente per imaginazione d'animo, con l'hauer preso questo medicamento, si sono risanati, non è conueniente, che il buon Medico, il quale sempre si deue fondare sopra il senso, faccia più conto della ragione, che dell'esperienza,

Come alle volte l'helleboro bianco è utile in questa sorte di fiacchezza.

Come è solito a dare la fanità a questa sorte d'infermi.

Come dall'euacuatione di questi humori può seguire utile in tal male, che nasce solo da passione d'animo.

Come questa melancolia non si può curar con alcuna euacuatione.

Non si deue fare più conto della ragione, che dell'esperienza.

F f *massime*

massime quando sono contrarie l'una all'altra, ilche facendo, lassaria le cose certe, per le incerte, & seguitaria le cose incerte, per le certe.

Adunque bisogna confessare, che la semplice melancolia, chiamo semplice quella, che non ha origine da alcuno humore, ma solamente da sola interperie, laquale poi anco nasce da pura imaginatione, si possa spesso curare con l'helleboro bianco, ma non già (come alcuni pensano) perche euacui, ò l'humor malinconico, ò l'altrabile, ò la pituità, ancorche realmente gli euacui. Ma perche, si come hauemo dichiarato nel 6. libro del morbo Gall. al cap. 23. nel discorrere sopra la virtù dell'Antimonio, quando è preso per bocca, da grandissimo trauglio a quelli, che sono cascati in questa fiacchezza, ò per paura, ò per qualche altra passione d'animo, li quali sono forzati con grande affanno, & vomitare, & andare del corpo, & per la forza di quello medicamento, gli pare di essere soffocati, che li occhi gli saltino fuori della testa, che il ventriculo, & li intestini, si gonfino, si spezzino, & si straccino, & al fine gli pare d'hauere la morte in bocca, talmente, che per vedersi in tanto pericolo di vita, con il cominciare a pensare in altro, lassano ancora pian piano quella opinione, che è stata origine della sua fiacchezza, & così per la subita paura della morte cacciano quella, che prima li traugliaua, & si come poi si trouano liberi dalla prima opinione, così ancora si trouano senza quella fiacchezza, e haueua origine da quella falsa opinione. Bisogna dunque concludere, che l'helleboro curi questa semplice melancolia, come hauemo detto, non perche purghi questo, & quell' altro humore; Ma perche con il gran trauglio, & dolore, che da all'ammalato, lo sforza a scordarsi di quelle cause, che l'hauenuano fatto impazzire, & immaginarsi altre cose molto differenti dalle prime.

Il corpo adunque di colui, che ha da prender l'helleboro se prepara a questo modo, cioè se è solito & facile a vomitare si deue ristorare un poco prima, che lo prenda, di cibi humidì, perche a questo modo si prouede alla debilità, & si fugge in gran parte il pericolo di quello strangolamento, che suole seguire dopo la presa di tal medicamento per il nutrimento nouo preso, il quale si compone con esso, & lo contempera in maniera, che gli leua una grande parte della forza.

E però Dioscoride, nel quarto libro dice queste parole. Alcuni danno lo helleboro bianco nella polenta di farro, ò di qualche simil cosa, ouero, che danno prima alquanto di nutrimento all'infermo, & poi subito l'helleboro, & massime a quelli, nelli quali vi corre sospetto di strangolamento,

Che l'helleboro bianco cura questo male, non perche euacui alcuno humore ma per altre cause.

Come l'helleboro bianco curi la fiacchezza, che nasce da passione d'animo pura. Li accidenti, che vengono a quelli che hanno preso l'helleboro bianco.

Come per paura di morire non pensano più a quella malinconia.

Come l'helleboro bianco refana questa semplice malinconia.

Come si prepara il corpo di colui, che ha da prendere questo medicamento, & che colui sia facile a vomitare.

Come li cibi humidì contemperano la forza di questo medicamento.

Come si deue dare l'helleboro secondo Diosc.

lamento, ò di grande debilità, & a questo modo si da più sicuramente, perche essendo contemperato dal cibo nello stomaco, non può con tanta furia fare la sua operatione. Questo dice Dioscoride; Ma se l'ammalato sarà difficile a vomitare, bisognerà cibarlo non di poco cibo, ma in maggior quantità di quello, che sarà solito a pigliare, & questo parimente ha da essere humido, accioche essendo la natura tentata a cacciar fuori quello cibo, che prima ha preso, perche gli pare graue, & insieme, mouendolo, & cacciandolo fuori più facilmente, perche è humido comporti con manco molestia il trauglio dell'helleboro, che haueirà preso di poi. Per questo Hipp. nell'Epistola dell'helleboro a Democrito, & nell'Afforis. 4. dice, che quelli, che vomitano con difficoltà, quando hanno da pigliare l'helleboro, prima, che lo pigliano, bisogna humettarli di maggior nutrimento, & di quiete.

Ma alcuno facilmente si opporrà a questa mia ragione, con dire se l'helleboro risana la molestia dell'animo, dalla quale poi nasce la fiacchezza, con la paura della suffocatione, & delli altri traugli così grandi, pare che non sia: cosa ragionevole usare tanti preparamenti intorno al corpo, perche tutti fanno l'operatione dell'helleboro molto più facile, alquale si può rispondere, che questo si deue fare, non perche questi traugli non habbino da seguire, ma accioche non crescano in tanta uehementia, & massime in un huomo debole, che lo facciano morire all'improuiso, & crudelmente.

Dell'antimonio, & del precipitato. Cap. XIII.

QUANTO all'antimonio, chiamato stimmi, & al precipitato, trouo, che s'ha da offeruare la medesima regola, non solo nel darlo, ma anco in preparar il corpo dell'infermo, trouo poi, che è cosa vecchia, applicare di fuori l'antimonio, ma è ben noua darlo per bocca. Ma il precipitato s'è incominciato ad usare da poco tempo in qua, non solo a darlo di fuori, ma anco per bocca, si come alcuni grandi alchimisti del nostro tempo hanno nouamente ritrouato: ambidoi questi medicamenti presi per bocca, prouocano il ventre, & il vomito in grandissima abbondanza, & con traugli eccessiui, & spesso sono causa di tanto pericolo, che rappresentano la specie della morte, come se si vedesse, talche sono causa di salute, alle volte anco della morte. Ma se l'ammalato

F f 2 malato

Quello, che ha da fare l'huomo, se è difficile a vomitare.

Quello, che dice Hipp. in questo caso.

Il dubbio, che si può fare intorno a questa dottrina.

La risposta a questo dubbio.

Come si prepari il corpo nel voler dare l'antimonio, & il precipitato. L'antimonio anticamente non si daua per bocca ma ben s'applicaua di fuori. Il precipitato è posto in uso da poco tempo in qua per darlo di fuori, & darlo per bocca. L'effetto di questi due medicamenti.

Come si scusino alcuni, quando questi medicamenti danno la morte.

malato muore, si scusano con dire, che quello medicamento non è ben preparato, quasi, che se fosse ben preparato, saria causa della salute di tutti gli ammalati, & nessuno se ne moriria, con tutto questo però si vede manifestamente, che quanti prendono questi medicamenti, o bene, o male preparati che siano, alcuni si risanano, alcuni se ne moiono, & così hauemo dichiarato in qual modo s'ha da prouedere alla fiacchezza, che ha origine dalla molestia dell'animo.

Dell'altra forte di fiacchezza. Cap. xv.

Come si deue curare questa seconda forte di fiacchezza.

QUESTA infermità non solo non ha di bisogno di prouocare il ventre, & il vomito, ma ne anco si deue trauagliare l'ammalato con il non dormire, con la fame, & con la sete.

Nota alcuni particolari d'importanza, che si hanno da fare in tal caso.

Quanto poi alle cause esteriori, cioè all'aria, al vento, & alla poca forza del nutrimento, non solo bisogna offeruare le regole generali, & hauemo prima dato della cura, & preservatione di queste tre sorti d'infermità, ma in particolare bisogna più spesso stare a riposo, che mouersi, più presto tacere, che ragionare, accioche si faccia manco attratione d'aria, & di vento, & anco ne segua minor resolutione: bisogna poi usare odori, che non siano, nè troppo graui, nè troppo acuti: percioche quelli empiono, conturbano, & aggrauano la testa, questi altri risoluono le forze, & li spiriti, ma mediocri, che piacciono, & deboli, poiche le cose deboli conuengono alli deboli, come sono li pezzi piccoli di cedro condito, ouero tre o quattro garofoli posti nell'acqua rosa.

Come gli altri graui odori sono cattiu.

Quali odori si deue usare.

Quello che si deue usare, & fare.

Bisogna lassare tutti li negotij, che possano trauagliare l'animo, dormire mediocrementemente, schiffare la indigestione, guardarli dal caldo, & dal freddo, accioche non riducano a peggior termine di prima l'ammalato, che forse sarà alquanto meglicrato per la cura già fatta: procurare, che quando il tempo è quieto, il Sole, quando si leua, & entri nella camera, perche si come il Sole dalla primavera, fino a quel tempo, che passa per il segno di Cancro, ristora le piante, & li arbori, così di giorno, quando si leua, ristora le forze, rallegra l'animo, & augumenta li spiriti: se poi l'ammalato è gagliardo, si deue tenere in luogo chiaro, ma s'è debole, si deue quasi di continuo tenere all'oscuro.

L'utile che porta il Sole, quando si leua, & quando puffa da Ariete in Cancro.

Se l'infermo è debole, deue stare al sicuro, se è gagliardo, deue stare al chiaro.

Come non deue mangiare, ne troppo, ne poco.

Deue anco l'infermo essere moderato nel viuere, & non troppo empirsi, accioche la indigestione non gli dia molestia, nè manco deue stare troppo digiuno, accioche non si faccia più debole, & se piglia alquan-

to manco cibo di quello, che si deue, & cosa conueniente andare alquanto crescendo la sua quantità, ma però piano piano, accioche il corpo aggrauato dalla subita, & inusitata moltitudine del cibo insolito, non incorra in notabil indigestione.

Quante volte si deue nutrire l'infermo, per la debilità della virtù. Cap. xvi.

ET perche spesso accade, che per essere l'ammalato molto debile siamo forzati a nutrirlo spesso, vi nasce sempre qualche dubbio, quante volte il giorno s'habbia da cibare, alcuni credono, che questo non si possa far più di due o tre volte in 24. hore, & questa, secondo costoro è dottrina d'Hipp. nel primo delli Aph. in quello, che dice, quibus semel aut bis &c. & nel secondo de gli acuti, doue dice sono alcuni, a i quali non si porta danno a cibarli tre volte, & massime se sono così assuefatti longo tempo, & nel libro delle affettioni interne, doue dice, nel resto se gli diano li cibi due volte, o tre al giorno. Ma questi non vedono, che gli antichi mangiauano anco quattro volte il giorno, come dice Atheno nel 1. libro, & Auicenna nel lib. 3. sect. 13. al cap. 35. & cor. Celso nel libro 3. al cap. 28. & questo stesso si fa per ogni tempo in Francia, nè manco auertiscono li putti, li quali non si contentano di mangiare quattro volte il giorno, ma lo fanno cinque, & sei volte senza patire danno alcuno, & però quando si conosce, che è ben fatto cibare l'ammalato alquanto più spesso, non bisogna offeruare così a puntino, & ostinatamente il numero, comandato dalli antichi, & cauato dalla consuetudine d'alcuni particolari, ma considerare diligentemente la debilità della virtù, il bisogno di nutrire spesso, la prontezza dell'ammalato in pigliare il cibo, & l'utile, che ne seguita dall'hauerlo presso, poiche mentre, che vi saranno tutte queste conditioni, sarà lecito cibarlo, non solo tre, ma quattro, cinque, & sei volte in 24. hore, nè credo, che si troui Medico alcuno, ilquale, hauendo un'ammalato debole per difetto del nutrimento, & che sia pronto a pigliarlo, & che senta di continuo giouamento, dopò, che l'ha preso, non gli ne dia tante volte, quante tutte queste cose concorreranno insieme. Et però se le forze vi sono, bisogna seguitare il numero solito del cibarsi, ma se non vi saranno, bisogna lontanarsi dalla consuetudine, tanto quanto la necessità ne sforza, talche se l'ammalato sarà debole, mentre, che è pronto a prende-

Opinione d'alcuni quante volte il giorno si deue cibare l'infermo. Come si proua, che non si deue cibare più di due, o tre volte il giorno.

Come gli antichi mangiauano anco quattro volte il giorno.

Questo anco si fa sempre in Francia, li putti anco mangiano sei volte senza danno.

Nel cibare l'infermo non si deue offeruare il numero de gli antichi.

Quante volte si deue, & si può cibare l'infermo.

Quando bisogna seguitare il solito solito del cibare.

a prendere il cibo, se gli ne deue dare, non solo, tre, ò quattro, ma più spesso anco, infino alle sette volte, tra il giorno, & la notte, & a questo modo si può conoscere quante volte si deue cibare l'ammalato debole per difetto del nutrimento.

Qualche volta si può cibare anco sette volte il giorno. Qual forte di cibi si deue dare all'ammalato debole, nota la bontà delli testicoli de pollastri.

Li cibi poi deuno essere di facil concottione, & che presto nutriscano, tra li quali sono li oui freschi, ò tremmati, ò da sorbire, alcuni anco nominano li testicoli delli pollastri, li quali, benchè siano di succo grosso, Galeno però dice, che danno buono, & copioso nutrimento, il vino poi deue essere leggiere, soauo, & sopra tutto austero.

Il vino deue essere leggiere soauo, & austero.

Che le minestre si deuno fare di cose consuete. Cap. xvii.

Ciò che si deue fare quando l'ammalato non può cuocer il suo cibo solito.

SE l'ammalato non potrà cuocere il cibo solito, se gli potranno dare le minestre, & le beuande fatte delli suoi soliti cibi, composte con qualche liquore, scemando le forze alle minestre, quanto più si può, come auertisce Hipp. nel libro dell'antica medicina, & componendo le beuande con li suoi brodi istessi, ò altro simile liquore.

La principale intenzione di cibare l'infermo si piglia dalle parti interne. Come sempre bisogna accostarsi alle cose più familiari, & per qual ragione.

Quando poi haueuo intenzione di ristorare le forze, perche in questo caso la principal indicatione di cibare l'infermo si piglia dalle parti interne, come dice Gal. nel 4. del Meth. & con questa indicatione bisogna accostarsi alle cose più familiari, come quelle, che sono tirate con maggior affetto da quelle parti, si come ancora le cose contrarie sono rifiutate, & ributtate, per questo bisogna fare elezione non delli cibi insoliti, ma delli più familiari, li quali sono abbracciati dalla natura, prontamente tirati, & a se aggiunti, come, che siano più grati de gli altri; doue che se l'ammalato piglia cibi insoliti, ne seguitano due disordini, l'uno è che se qualche cosa di male accaderà fuori di speranza, si ha ragioneuolmente da sospettare, che tal disordine sia seguito per hauer preso quella cosa insolita, l'altro di non manco danno è, che la natura, come quella che abborrisce le cose insolite, & si diletta delle solite, & che non si saria assuefatta a queste, se non li fossero state naturali, & grate, quanto più si starà tardi a non dare li cibi soliti all'ammalato, tanto più tardi si starà a ristorare la virtù, anzi può accadere, che per tale disordine l'ammalato si riduca ad estrema debilità, & per questo Hipp. ò qual si voglia altro antico Autore, nel libro, περι παθών cioè delle passioni, dice, che bisogna dare a gli ammalati quelli cibi, & quelle be-

Due disordini seguitano se l'ammalato piglia cibi insoliti. Il primo disordine. Il secondo disordine.

le beuande, che erano soliti ad usare quando erano sani, & però più in giù dice, che non bisogna diffidarsi delli cibi presenti, & pronti, quasi, che nulla vagliano, & cercare, quelli, che non si hanno, li quali non apportano utilità alcuna all'infermo: & certo se bene si considera, se ne trouaranno pochi fuora di questi, che si possano dare a gli ammalati; poco più abbasso dice: Che quando l'huomo è solito a mangiare pane se gli deue dare anco nelle infermità. In un altro luogo dice, tutti quelli cibi, che sono grati, & utili alli sani, sono anco più conuenienti a gli ammalati, & gli danno maggior forza, che non fanno l'insoliti, con che però se gli leui parte del suo vigore, & forza, ò in qualità, ò in quantità, perche altrimenti quello corpo, che già è infermo, & debole, non li potria comportare nel modo, che si sogliono dare in sanità, anzi più presto fariano di danno, che di utile. Questo dice Hipp.

Che a gli ammalati si deuno dare li cibi, che erano soliti pigliare in sanità. Nota quello, che dice Hipp. sopra di ciò.

Et però bisogna fare le minestre, & li brodi per li ammalati non di cose insolite, ma principalmente di cose solite, & per questo se alcuno non sarà solito di pigliare nè minestra d'orzo, nè del suo succo, & che gli siano altri cibi da poterli cibare, non se li deue così subito mattina, & sera, & forse anco più spesso dare questa sorte di minestra, perche essendo l'ammalato afflitto dal male, & bisognoso di nutrimento, se se gli darà quello cibo, ilquale non ha mai prouato, non s'ha da sperare che debbia pigliare alcuno nutrimento dal cibo, che a lui è nouo, & insolito. Con tutto questo però bisogna sapere, che se per sorte non si potessero hauere li cibi soliti, non è affatto fuori di proposito seruirsi delli insoliti, pur che questi non siano molto ingrati, ò che l'ammalato non gli aborrisca affatto, perche se molto gli spiaceranno, ò che gli rifiuti affatto, potranno ben fare l'ufficio del medicamento, ma non potranno già mai dare buon nutrimento.

Quando non si deue dare orzata all'ammalato.

Si deuno alle volte anco dare li cibi insoliti par che non siano molto ingrati. Quando li cibi fanno l'ufficio di medicamento, ma non di cibi.

Della minestra fatta di carne, cioè pistata. Cap. xviii.

MA quando il Medico non hauerà sospetto d'alcuno strano calore, nè di aumento di qualche putredine, potrà sicuramente dare all'ammalato, non potendo masticare, brodi, sughi, & minestre di carne, & massime a quelli, che sono soliti a mangiare carne, hauendo sempre questa consideratione di dare li brodi alli più deboli, le minestre

Quando si, & quando non si possono dare minestre fatte di carne, & con qual distinctione.

stre alli mancò deboli, & il sugo à quelli, che partecipano dell'vno, & dell'altro estremo.

Quando nò si de- ue dare pestata.

Ma se vi sarà sospetto di putredine, questa sorte di nutrimento, & massime minestra di carne, che hoggi di si chiama pistata, non si potrà dare senza qualche dubbio, che habbia adessere più presto di danno, che di utile, poiche anco non era in uso appresso gli antichi, & si giudica, che non può resistere alla putredine, & ben che tutti gli ali-

Che le pistate nò erano in uso appresso gli Antichi.

Che li cibi nel cuocerli nel ventriculo si corrompono d'vna corruttione differente dalle altre.

menti nella loro concottione, che si fa nel ventriculo, si corrompano, & forse anco (secondo, che alcuni de gli antichi hanno creduto) si putrefanno, si stima però, che questa corruttione sia molto differente da quella, che accade a molte altre cose. Et per venire a qualche particolare, pigliamo la minestra d'orzo, il pane macerato nell'acqua, & la pistata (poi, che tutto il dubbio, che è tra Medici, è di questa) le prime due minestre adunque perche nel corrompersi non si conuertono in alcuno puzzolente odore, ma in sapore acido, il quale smorza quella puzzolente putredine della quale hauemo paura, non solo non possono mouere, & generare questa putredine, ma più presto con la sua acidità, come fa l'aceto, la rompono, & la contemperano, Per il contrario la pistata, perche, mentre, che si corrompe, si fa puzzolente, & amara, se si scontra con tal putredine, è verisimile, che non solo la fomenti, ma anco l'augmenti.

Come l'orzata, & il pane bagnato nò si possono corrompere.

Il danno, che porta la pistata, quando troua gli humori corrotti nel corpo.

Ne è cosa totalmente fuori di proposito, à pensare, che gli antichi non fossero soliti a usare pistata, eccetto se si volemo coprire dell'autorità d' Auicena, il quale nel 2. lib. & nel fen. 13. non vna volta, ma due ha detto, che nella debilità di virtù causata da vomito, le minestre fatte di polli bolliti, & poi pistati con la giunta del pane, portano gran ristoro a gli ammalati, & poi nel fen. 16. dice, che si debbano fare pistate di polli a gli ammalati, che non possono digerire le carne, & Hipp. ouero Polibo, nel libro delle affettioni interne Εύων τινὸν σάρκα εν βίνω λευκὸν δ'ιδ' βινὸν τίνειν: cioè assottigliando le carne la darai a beuere nel vino bianco. Questo si può dire quanto all'autorità de gli antichi, Ma quanto spetta alla putredine, nella quale si può facilmente conuertire, si deue rispondere, che è gran differenza a dare la pistata ad vno, che sia solito alla carne, & ad vno, che li sia insolito, si come accade a quelli, che sogliono mangiare veneno, con il quale, & si nutriscono, & si ristorano, ma quelli, che non vi sono soliti, ò che subito muoiono, ò almeno ne sentono grande nocimento: così fa il ventriculo nostro ilquale piglia, & ritiene facilmente li cibi, & le beuande, ancorche

Le autorità de gli antichi per le quali si proua, che le pistate erano in uso a quello tempo.

La differentia, che è a dar pistata ad vno che sia solito alla carne, & ad vno che non gli sia solito, & nota l'effetto sempio del veneno.

corche siano cattive, quando è solito a pigliarle per molto tempo, come dice Hippocrate nel secondo de gli acuti, se per il contrario sente grande molestia, quando contra il suo solito piglia cibi, ò beuande insolite, ancorche di sua natura non habbiano vitio alcuno. Pero quelli che sono soliti a mangiare carni, se facilmente sentissero offesa alcuna per la loro putredine, non è da credere, che per tanti tempi se ci potessero assuefare, come che la natura istessa le refutaria, & non le potria comportare lungo tempo. Onde poiche tanto tempo a quella si sino assuefatti, è segno manifesto, che non sono contrarie alla natura sua, nè manco possono generare nutrimento corrotto, & contrario a l'huomo, ma più presto familiare, & amico.

Lo stomaco sente molestia a pigliare cibi insoliti, benchè siano boni.

Ma sia come si voglia concludo breuemente circa alla pistata, che si può con ragione dare a quelli che mangiano gran copia di carne, si come anco l'orzata, si può dare a quelli che la sogliono pigliar spesso, & per la loro consuetudine non l'aborriscono, & si come questa si proibisce alli ammalati, quando la bocca è secca, così la pistata quando hanno gran sete, & la bocca è secca, & amara, se gli deue al tutto prohibire. Ma se non vi sarà nissuna di queste cose, si come in sanità non hauemo paura della putredine della carne, ne delle minestre, fatte di carne, perche la lunga consuetudine di essa ne assicura, si come anco s'assicura quell'altro di mangiare veneno, per hauerne mangiato tante volte senza danno alcuno; così quando siamo ammalati, non deueno restare di mangiare carne, per la paura, che ella possa fomentare, ò crescere alcuna putredine: cò questo però bisogna auertire a due cose, l'vna è, che quelli che sono soliti in sanità mangiare spesso carne, possono anco mangiarne più spesso, quando sono ammalati, & per il contrario, se in sanità sono soliti a mangiarne di raro, deueno anco manco spesso mangiarne quando sono ammalati, l'altra, è che quanto più deboli sono li nutrimenti a Roma, tanto più si deue antiporre la pistata a qual si voglia sorte di minestra, & massime quando l'ammalato non può masticare: oltre di questo s'ha anco da considerare, che si come gli animali, le cui carni si mangiano a Roma, & de quali si fanno comunemente le pistate, si nutriscono di cibi acquosi, & di poca sostanza, così anco fanno le carni più fluide, più leggiere, & forse anco più fredde, che non fanno quelli che vivono nei luoghi secchi, talmente che le pistate fatte di queste carni di Roma, non solo non sono tanto atte a corrompersi, ma ne anco possono molto riscaldare. Ma se alcuno dirà, che l'esempio della sanità, & della infirmità non è a proposito, perche nell'infirmità l'huomo è più

A quali si può sicuramente dare la pistata.

A quali la orzata non conuiene.

A quali la pistata non conuiene.

In questo caso due cose si deueno auertire. La prima.

La seconda.

Come le carni di Roma non possono molto riscaldare. Nota l'argomento che si può fare còtra di questa ragione.

sogetto alla putredine, che nella sanità, però quando è sano non ha causa di guardarli tanto dalle carni, ancorche siano atte a corrompersi, come deue fare, quando è ammalato, nel qual tempo, essendo più sogetto alla putredine, deue anco guardarli più dalle carni tanto atte a corrompersi; accioche per esse la putredine che già ha incominciato, non si fomenii, nè s'argumenti.

A questo argomento si risponde, che se le carni di sua natura hauesero facultà di corrompersi facilmente in quelli corpi, che sono soliti a mangiarne, l'argomento concluderìa, ma il fatto sta in altra maniera, percioche per la lunga consuetudine, la quale è quasi un'altra natura, questi corpi non riceuono alcuna putredine dalla carne, che mangiano, essendo aiutati dalla lunga consuetudine, la quale resiste alla putredine quasi tanto quanto faccia la natura: però si risponde, che l'argomento non conclude, non perche la carne, che si piglia per nutrimento sia di diuersa natura, più nel sano, che nell'infermo, ma perche tra essi è grandissima differenza. Queste ragioni hauemo dette a quelli che biasmano tanto le pistate, & parimente quali cibi conuengono alli corpi fiacchi, & quante volte se gli deuono dare, & in somma in qual modo si può prouedere alla fiacchezza che ha da venire.

Della fiacchezza presente. Cap. XI X.

MA quando già la fiacchezza è venuta, perche la virtù è quasi debole affatto, non è bene a usare altro rimedio che, delle cose, che hauemo detto, fare electione delle più leggiere, & darne alli ammalati in manco quantità, ma più spesso: leggiere, perche sono più facilmente superate dalla virtù debile, in manco quantità, perche la natura non può vincere gran quantità in una volta. Più spesso poi perche hauendo di bisogno d'assai, si ricompensa questo difetto con pigliare più spesso il cibo, ma sopra tutte le viuande che hauemo proposto, il consumato è il miglior di tutte, il quale si fa in molti modi, ma quello che si fa nella maniera, qua abbasso scritta, è molto commoda, & molto suaua.

Prima bisogna pigliare le polpe di cappone, o di gallina, & leuarti tutta la grassa, & tagliarle minute, & metterle in uno vaso di vetro col collo stretto, nè bisogna metterui alcuna altra cosa, perche al fine sarà saporito senza sale, & suaua senza Zucchero, bisogna poi coprire la bocca di quel vaso, o con pasta, o con qualche altra cosa simile, & così si deue

Risposta a questo argomento.

Per qual causa l'argomento non conclude.

Quello che si ha da fare quando la fiacchezza è già venuta. Per qual causa li cibi deuono essere leggiere in manco quantità, & più spesso dati.

Nota, che il consumato è miglior di tutti. Come si faccia il buono consumato.

si dine cuocere in un altro vaso doppio, come si suol fare, fra tanto che si vedrà, che le carni siano secche, & che il succo, che n'è uscito, vadi girando intorno intorno: questo liquore sarà il consumato, che hauemo detto.

E poi anco cosa viile non tralasciare gli odori, & gli epitemi cordiali ben temperati, & non solo applicarli al cuore, ma ancora alli polsi delle mani, & delli piedi, & alli testicoli: & poi ongere anco tutte queste parti, con unguento, ouero oglio, che habbia qualche suaua odore, come è l'oglio, che si fa di fiori di cedro, o di arancio, & in ciò bisogna usarui molta diligenza, che non rendano il corpo molto raro, & per questo non si deuono attualmente scaldare molto, nè manco hanno da essere applicati troppo caldi in virtù, accioche non risoluano troppo. Quanto poi spetta alla Thiriaca: al Mitridato, & a diuersi ogli molto gagliardi, & di grande odore, che quasi da tutti si portano in volta. Io sono di parere, che sia meglio lasciarli, che usarli, perche spesso volte, o presi per bocca, o applicati di fuori, con il suo graue odore, conturbano la mente, & massime d'uno che sia debole, la confondono, & in certo modo fanno l'huomo embriaco, nondimeno quelli che gli hanno gran fede, per consentire anco alla commune opinione de gli altri, che credono che tali cose non possano nocere, non meritano essere biasmati, se per una volta sola ne pigliano, purchè sia in poca quantità; ma se di nouo ne pigliaranno, & spesso ritornino a questo, oltre che non gli ne può seguire se non danno, & pericolo (eccetto però se manifestamente vederanno, che gli giouino) saranno anco tassati di temerità, & di ostinatione. Quando poi il corpo si risolve di troppo sudore, & che il polso è piccolo, & debole, & il sudore esce in grande abbondanza fuori di modo, & fuora di tempo da tutto il petto, dal collo, dal capo, & che in quel istesso tempo li piedi solamente, & le gambe sono fredde, & secche, se bene si può giudicare, che il male sia giunto al fine, non si deue però restar di dare aiuto al pouero ammalato, con quelli rimedij, che non si possono biasmare, poiche la benignità di quest'arte non deue mai mancare all'huomo. Non lassando adunque quelli rimedij, c'hauemo proposto per la fiacchezza presente, & che ha da venire, con fare electione di quelle cose, che danno aiuto alla debilità, & che più facilmente si superano dalla natura, la prima cura deue essere di scaldare li piedi, & le gambe, & applicarui ceroti, & impiastri, che habbiano questa virtù, coprirle con le fasce calde, & in somma usare ogni artificio, accioche mai quelle parti siano più fredde del resto del corpo, ma, quando ancorche si scaldano

Come si deuono usare odori, & epitemi, & a quali luoghi si deuono applicare.

Nota anco de gli unguenti, & ogli.

Nota, che gli epitemi non vanno molto caldi, il che è contra l'ordine comune delli Medici a Roma. Il medesimo dice il Fernelio nel 4. libro del suo Metodo al cap. 18. & Amato Lufitano nella sua prima cent. al ca. 34. Nota ciò che dica della Thiriaca, del Mitridato, & d'alcuni ogli.

Quando, & quante volte dette cose si possono usare.

Quando non si deuono più usare.

Quando il male, è quasi disperato.

Nota, che mai si deue abandonare l'infermo.

Il primo modo di curar qsto male. In qual modo si scaldano li piedi, & le gambe.

Quando si deue
abandonare l'in-
fermo.

Il secundo modo.
Come si prohibi-
sce il sudore.

Rimedij antichi
per prohibire il fu-
dore.

Altri rimedij per
prohibire il sudore.

Il terzo modo di
curate.
Come deue essere
il nutrimento in
queito caso, &
quello se gli ha
da dare.

L'ultimo rimedio
è vn Clistero, &
comes'ha da fare.

Nota l'esempio di
vna gentildonna
già quasi morta,
& poi risannata
coa Clisteri risto-
ratiui.

Come si passò in
quella infermità.

dino, in ogni modo, però il sudore vā tuttauia crescendo, con tutto che spesso restano fredde, bisogna all'hora con il pronostico della morte abandonare l'infermo: ma se facilmente si scaldano, & il sudore non cresce molto, la seconda cura è di prohibire il sudore, questo si fa vngendo legiermente il corpo, con qualche oglio acerbo, ò rosato, ò di cetoigno, ò di mirto, ouero con metterui vn ceroto composto di alcuni di questizisma se il sudore tuttauia persenera, li Medici Antichi soleuano ongere il corpo ò di grasso, ò di spumma d'argento, ò di Terra Cimolia, ò che gli metteuano adosso poluere delle dette cose: vsauano anco la poluere di mirto secco, di foglie di rouo, delle fece di vino bono, & austero, & in difetto di queste polucri, pensauano di supplire a tanto bisogno, con qualunque sorte di poluere commune, & volgare: oltre di questo accioche il corpo sudi manco, si deue l'ammalato contentare d'una coperta leggiera, & che la camera non sia calda con le finestre aperte, & che vi possa ancora entrare qualche vento, & appresso mouere spesso l'aria con li ventagli, & anco alzare, & abbassare spesse volte li lenzoli sopra il corpo nudo dell'ammalato. Il terzo aiuto è di soccorrere alla sua gran debilità con il conueniente nutrimento, il quale non deue essere molto alla volta, ma tanto più spesso, onde, accioche possa nutrire, ma non esser di peso, bisogna darglicne, & di notte, & di giorno, & si deue cõponere di quelle cose, c'hauemo detto poco fa, perche a quello modo più facilmente si cuoce, & anco è accommodato allo stomaco: ma se non prende il cibo, che se gli da, l'ultimo rimedio è di mettergli vno clistero fatto cõ il succo d'orzo, & cõ il brodo di cappone, ouero vna pistata fatta con la carne di gallina, poiche anco questo mantiene la virtù, si come dice Aetio nel 3. libro, & noi spesso hauemo prouato, & massime in vna Signora Illustrissima, la quale essendo ammалata di flusso di ventre, era stata sette giorni, che nõ hauena preso cibo alcuno, nè manco benanda, & pure con il metterle ogni giorno mattina, & sera vno clistero di pistata di carne di cappone, si risanò affatto con grandissima marauiglia di tutti: nè posso mancare di dire, che ella riteneua quelli clisteri hora tre, hora quattro, hora cinque hore, & qualche volta più, & poi li rendea di colore mutato di bianco in pallido, ò rosso, & di odorato a guisa di sterco puzzolente, talche si può concludere, che, si come la pistata posta a questo modo nel corpo humano, fa nel ventre tante mutationi, con quella medesima facilità può ancora dar qualche nutrimento al corpo, come l'esperienza dimostra.

Giudico, che queste cose debbano bastare per hauere dechiarato, come ha

mè ha da essere la preservatione, & la cura della fiacchezza, secondo le cause, & li segni, che da principio hauemo proposti, & appresso quali siano le tre infermità particolari a Roma, come si conoscano, come si caccino, & come l'huomo se nè può diffendere.

Delle infermità, nelle quali cascano, & li Romani, & gli altri per il modo di viuere.

Cap. x X.

ET perche vi sono anco altri mali non proprij alla Città di Roma, ma quasi communi a tutti, secondo la natura, & consuetudine de gli huomini, li quali nascono dal disordinato viuere, & per il contrario si leuano con la bona regola, non sarà fuora di proposito ragionare al quanto sopra di essi, & insegnare breuemente in qual modo li Romani se ne possano difendere, cosa che mi pare fatta con ragione, perche questa opera risguarda in certo modo ancora tal sorte d'infermità. Questi mali dunque sono di due sorti, li primi sono quelli, che accompagnano di continuo la putredine pigliata da noi nel ventre della madre, nel principio della nostra generatione, si come al lungo hauemo insegnato nel primo libro del morbo gallico: li secondi sono quelli, che nascono dal nutrimento, che l'huomo piglia, quando non è proportionato a l'esercitio, che fa; & però questa putredine, non solo ne rende facili, ma anco quasi ne sforza a patire molti mali, che nascono da putredine, & le febri istesse, si come hauemo dichiarato nel detto luogo. Da questa causa dunque nasce nelli putti quel male, chiamato latume, varole, morbiglioni: da questo nasce, che l'huomo è tanto facile a pigliare la scabbia, & il male francese; da qui nasce ancora che si sentono così spesso, & così facilmente noiosi caldi, da qui nascono li sputi falsi, che vengono spesso, & che durano longo tempo: & benchè molti non si possono ridurre a concedere questa sorte di putredine, come che sia cosa noua, laquale hauemo detto essere a noi accompagnata di natura, per non trouare, che alcuno Autore habbia scritto di tal materia, nè manco l'hanno inteso da altri, poiche è cosa naturale consentire volentieri alle opinioni solite, & rifiutare facilmente le insolite. Nondimeno questi doueriano hauere a memoria, quello, che ha scritto Hipp. & Gal. nel libro delle cose ritrouate nella medicina, nel quale Hipp. di-

Nota, che vi sono
mali non proprij
a Roma, ma com-
muni a tutti.

Li mali comuni
sono di due sorti.
Quali sono li pri-
mi.

Quali sono li se-
condi.

Come necessaria-
mente nascono li
mali dalla prima
putredine.

Quali mali vengo-
no alli putti.

Quali mali vengo-
no alli grandi.

Come alcuni non
admettono questa
sorte di putredine.

Come alcuni non
admettono questa
sorte di putredine.

Come niuno ha
scritto di tal cosa.

Quello che scriue
Hippocrate a que-
sto proposito.

re, che la medicina è scientia antica, laquale ha trouato il principio, & la via, per la quale si sono scoperte molte cose buone, & utili, & che con il tempo a venire si trouaranno anco altre cose, talche se alcuno si sente d'hauere bene inteso quello, che già s'è trouato, gli deue bastare l'animo ancora di cercarne delle noue. Galeno poi dice, quelli, che sono poco prudenti, ancor che habbino veduto infiniti effetti di qualche arte particolare, non sono però bastanti a trouare cosa alcuna di nouo, percioche molte cose si trouano hoggi di, delle quali alli tempi antichi non se ne ha hauuto notizia alcuna, per le quali autorità è assai manifesto, che si trouano hora in Medicina cose, che sono state totalmente incognite a gli antichi, si come è il mal francese, & li rimedij suoi, che tutti sono noui. Si come occorre hora tre, & quattro anni, mentre che scriueuamo il libro dell'huomo, nel prouare, che tutto il sangue ha le sue fibre, & si condensa, tutti contradissero a questa nostra opinione, con l'autorità di Aristotile, il quale ha scritto, che il sangue del ceruo non ha fibra alcuna, & che manco si può condensare, & questa opinione sin hora è stata tenuta da tutti senza alcuna controuersia, Ma noi hauendo la commodità di vno ceruo grande, che ne capitò alle mani, con il darli una ferita nel collo, vedemmo alla presentia di molti Medici, & altri Idioti, che quello sangue si condensò nel modo, che si condensa quello dell'huomo, del boue, & del castrato, & appresso posto nel acqua tepida, lasò a dietro molte fibre, nel modo istesso, che fa qual si voglia altra sorte di sangue.

Et benchè questa cosa paia noua, è però vera, & anco antica, è vera, perche si è uista sensibilmente, è poi antica, perche se bene è stata a noi nascosta, forse per due milia anni, non è però stata nascosta alla natura, talmente, che si può credere, che si come è adesso, così fu anco da principio. Così quella putredine, laquale noi nel nostro libro hauemo detto essere nel huomo nel principio del nostro nascimento, & hauemo concluso, quando occorre, essere origine, & causa delli detti mali, & di molti altri, ancora che paia noua opinione, come paiono ancora le altre simili, nondimeno bisogna dire, che questo era molto prima, che io venissi in tale opinione, percioche ancora essa putredine ha non sò che del falso, come hauemo detto in quello libro, cosa, che deue ogni vno credere facilmente, non solo per le ragioni poste in quell'opra, ma ancora perche il fiero nel corpo viuente, e sempre congiunto con il sangue, & con esso si diffonde per tutto il corpo, & quando si caua sangue a qualchi vno, il fiero che sempre si separa dal sangue, se sente ha-

uere

uere in se qualche poco di falso, & questo accade non solo nello huomo, ma nel boue, nel castrato nel piccione, nelle galline, & nel capretto, come può ogni vno facilmente prouare, & perche il sapore salato ne li humori simili al fiero, quando naturalmente si corrompe, si genera dalla parte più liquida, come accade del acqua della quale se genera il sale, quando si corrompe, di ragione ne seguita, che il fiero è salato per qualche putredine, nè manco è da credere, che questo sapore venga di fuori, & entri nel corpo, come cosa diuina, ma nasce dal nutrimento corrotto, & putrefatto nello animale, fino a certo grado, & termine particolare; laquale corrottione se sarà comparata all'animale, non si potrà chiamare putrefattione, anzi concottione; ma comparata al nutrimento, perche già finisce di essere quello, che era prima, non sarà concottione, ma putrefattione, laquale si muta in sapore salato, non perche tutte le cose putrefatte siano salate, ma perche questa sorte di salato, ha in se del putrefatto. Et perche questo humore va di continuo per il corpo insieme con il sangue, è anco necessario, che di continuo, & più, & manco sia nel corpo qualche cosa corrotta, laquale per non potersi mai separare dal sangue, per questo si dice, che questa putredine è naturale all'huomo. Ma torniamo al proposito nostro, & però bisogna prohibire, che tal putredine non cresca tanto, acciò che possiamo liberarsi da questi mali. Percioche, se si conseruarà nel modo, che è stata nel principio, & che perda parte del suo vigore, con la continua compositione del nouo nutrimento, come facilmente si deue credere, che accadrà in cinquanta, & sesanta anni, & che non sia prouocata dal calore, dal quale è tanto stimolata, per seuerando così a guisa di vno corpo solfureo, il quale non si accenderia mai senza fuoca, & qualche cosa simile, non produrrà mai alcuna sorte d'infirmità.

Questa prohibitione adunque si farà, se con ogni diligenza fuggiremo tutte le occasioni, per le quali si genera in noi il gran caldo, ma sopra il tutto lo smisurato coito, ilquale (come si vede nelli sposi, il primo anno) eccita la scabia, bisogna anco lassare il sale, & tutte le cose salate, perche anche esse generano questa putredine, & almeno l'augumentano, come si vede per esperienza: il medesimo dirò della frequente crapola, per la quale spesso li putti s'ammalano di varole, & di morbilli, non solo perche sono più vicini alla sua natiuità, più che non sono li giouani, & li vecchi che nè sono più lontani, ma anco per essere di natura inchinati a questo. Si ha anco da schifare la troppo fatica, la importuna fame, la rabbiata sete, il sole troppo caldo, la lunga vigilia,

il

Come per la medicina si troueranno molte cose che sin' hora non si sono trouate. Quello che scriue Gal. a questo proposito.

Molte cose hora si trouano, che al tempo antico non si sapeuano.

Nota l'essempio del mal francese, che è nouo con la cura sua.

Come tutto il sangue ha le sue fibre.

Come Aristotile ha scritto nel libro 3. dell'istoria de gli animali al c. 19. che il sangue del ceruo non ha fibre.

Nota che il Fernelio nel libro sesto della sua Fisiologia al cap. 7. dice il medesimo contra d'Aristotile.

Come s'è conosciuto, che il sangue del ceruo ha fibre.

Come questa cosa è vera, & antica.

Come la putredine è causa di molti mali in noi.

Come questa opinione si deue credere, & per qual causa.

Come il fiero del sangue è salato.

Come il sapore salato si genera della parte più liquida.

Come il fiero è salato per qualche putredine.

In qual modo questa coruttione si deue chiamare putrefattione, & in qual modo concottione.

Come questa putredine è naturale all'huomo.

Che si deue prohibire, che questa putredine non cresca.

Come può perdere il suo vigore.

Come questa putredine non produrrà mai alcuna infirmità.

In qual modo si può fare questa prohibitione.

Quello, che faccia il misurato coito, che produce scabia come si vede nelli sposi.

Quante cose si hanno da schifare per questo effetto.

il superfluo beuere del vino, il troppo uso delle specie, tutti gli acrumi, l'entrare nel bagno, dopò il cibo, il troppo frequentare li medicinali solutiui, il praticar, & toccare spesso, & con qualche affetto quelli, che hanno la febre, scabia, ò qualche altro male contagioso, finalmente se l'huomo si vuole quasi assicurare da questa infirmità, bisogna che tutto il corpo suo habbia la sua naturale transpiratione, il che sarà, se il ventre sarà di continuo obediante, & lubrico, se l'orina verrà liberamente, se le narici, le orecchie, & tutti gli altri meati della pelle saranno bene aperti.

Come l'huomo si può assicurar di questo male. Quando il corpo ha la sua debita transpiratione.

Del nutrimento quando non è uguale alle fatiche. Cap. x x I.

QUESTO basta hauere detto della putredine proposta, hora trattaremo del nutrimento, quando non è uguale alla fatica. Questa disposizione adunque, ancora che spesso si comprenda sotto la specie della pienezza, non per questo si può sempre veramente chiamare pienezza, il che accade, quando il nutrimento è molto minore, che non è la fatica: ma ne anco quando è veramente pienezza, non si deue dire, che sia la medesima, della quale hauemo parlato di sopra, perche quella si riferisce alla troppo gran quantità del nutrimento, & questa si riferisce alla fatica hora cresciuta, hora sminuita hora lassata del tutto. Di questa pienezza se ne trouano alquante sorti, la prima è quando dopò il cibo uno si sente le narici ripiene, senza causa manifesta, nè indi può cauare materia alcuna, ma nel cominciare a mouersi, all' hora si spurga per il naso, & per la bocca, fra poco tempo ha le palpebre graui, sente prurito, & anco, come se hauesse poluere nella fronte, non ha fame non ha sete, perde il color suo naturale, costui sta di ogn' hora per ammalarsi, ò di qualche fastidioso catarro, ò di un' aspra febre. Però innanti, che questi mali compaiono, è espediente leuargli il cibo, & il vino, se si sente nausea, deue aiutare il vomito con qualche brodo acquoso, ò qualche altra cosa di simile facultà, se il ventre sarà stittico, lo deue lubrificare con qualche lenitiuo medicamento, come è il nostro elettuario Alessandrino, del quale nè potrà pigliare mezoncia due, ò tre volte, deue anco fare esercizio si, ma manco del solito, & più quieto, & che sia tale, che per esso non si stracchi, & così nello auuenire persevererà, sin tanto, che mentre, che fa esercizio, il mocco delle narici

Quando questa disposizione non si deue chiamare pienezza.

Questa pienezza è di alquante sorti, la prima, quale è.

Come si prouede alla prima pienezza.

narici cessarà, & che il colore, & l'appetito torni al suo luogo. La seconda sorte di pienezza si conosce, quando l'huomo è inclinato al dormire, suauemente così di notte, come di giorno, & questo accade per hauer lassato l'esercizio, il quale prima consumaua gli humori superflui, onde subito tutta la carne s'humetta, li spiriti si riposano, & indi succede il piaceuole sonno, ma pigliando poi ogni giorno il solito nutrimento, la carne, & li membri, per essere prima pieni, non nè sentono mutatione alcuna, onde restando quello nutrimento dentro del corpo, il quale già per il passato è troppo pieno, & non facendo colui alcuno esercizio, per via del quale si soleua consumare gran copia d'humori superflui, da quella soprabondantia nascono molti, & strani vapori, li quali vagando per tutte le parti del corpo, confondono li spiriti, onde poi nè nascono li sonni di suauità, fastidiosi, di quieti torbidi, & che rappresentano varie sorti di pericoli, & questo accade il più delle volte nelli corpi pieni, & humidati. Quando adunque alcuno è venuto a questi termini, già si può credere, che presto sarà assaltato da qualche gran sonno, ò da lethargo, ò altra passione di testa, ò che qualche membro inferiore si offenderà, poi che quella superflua materia può scendere abbasso, all' hora non s'ha d'aspettare, che si venga a questi termini, ma subito che si vede che l'huomo incomincia a trauagliare per via del sonno, bisogna prouenire il male con li opportuni rimedij, & a questo si deue soccorrere con maggior & più lunga dieta, che a quell' altro, poi che la fame esicca li corpi, & leua il sonno.

Come si conosce la seconda pienezza.

Onde in questi casi il suauo sonno.

Quello, che segue dopo il piaceuole sonno.

Onde nascono li sonni turbati. In quali corpi tali cose accadono.

Quello, che può legittimare in tal caso.

Come si prouede alla seconda pienezza.

Nota altri indicij di pienezza.

Vi sono ancora altri indicij di pienezza, come quando l'huomo si ritira dalli negotij, & gli pare di non poter far cosa alcuna, in tanto il ventre se gli fa stittico, & poi nello stomaco si sente un' insolita grauezza, ò satietà grande, vi succede anco una leggiera vertigine, & poi ò dolore, ò peso nella testa, ò conturbamento di cernello con qualche puntura per dentro, qualche volta ancora sente l'huomo, che il collo gli duole, & gli pesa, ò che in esso si sente & si vede qualche humore, finalmente gli sopraggiunge, ò podagra, ò qualche lunga febre, secondo, che l'huomo sarà soggetto, ò a l'uno, ò a l'altro. Prima dunque che caschino queste cose, sarà bene quanto prima a lubrificare il ventre con uno clistero fatto con oglio, & poi per tre, ò quattro giorni mattina, & sera innanti il cibo dargli uno scropulo di pilole d' aloè lauato, ò di tribus, ò di qualche altra simil cosa, & a questo modo lubrificare il ventre, & poi procedere con tutti gli altri rimedij, c' hauemo detto, sin tanto, che quella satietà, & vertigine, & le altre disposizioni della

Come si prouede a questa altra pienezza.

testa, & del collo, ò vna, ò due, ò tutte siano cessate, ma in particolare acciò che si possa diuertire la podagra, che alle volte può soprauenire, bisogna sopra il tutto offeruare, che subito, che si sente qualch'vna delle dette indispositioni nella testa, ò nel collo, non mancare di lubrificare il ventre, nel modo, c'hauemo detto, ma primieramente leuare il vino, & subito che cessano, se gli deue restituire, verbi gratia se la mattina vi sarà il dolore di testa, subito al pranzo se gli deue leuar il vino, & beuere solamente acqua, ma se la sera cessarà il dolore, potrà a cena beuere il vino, & per il contrario, se la mattina ritornerà, beuere di nouo acqua, poi che in questo caso non è utile a beuere sempre acqua, nè manco sempre vino, per fare l'vno, & l'altro, l'offitio di medicamento, quando si pigliano l'vno dopò l'altro, nè si trouarà alcuno più segnalato rimedio di questo, in quelli che beuono vino, con patto però, che tra tanto si guardino al tutto dal coito, & mangino al quanto meno, & se per sorte s'auuertissero, che se gli fusse trattenuta qualche solita euacuatione, la deuono parimente con ogni diligenza prouocare, prima che gli soprauenga la podagra. Ma se alcuno mi dimandarà, se il beuere dell'acqua è conueniente nella preservatione della podagra, dico che questa dimanda non spetta al presente negotio, pure non mancarò di dire, che l'acqua, mentre che fa gli humori grossi & densi, gli trattiene il loro moto, che non così facilmente cascano alle giunture, ouero che, per dare ò poco, ò nessuno nutrimento, con leuare l'abondantia dell'indigestione de gli humori, senza li quali non si può generare la podagra, proibisce ancora questo male che ha da venire.

Ma torniamo al proposito nostro. Della medesima sorte è quella fiacchezza, che viene quando l'huomo dopò hauere intramesso li suoi soliti essercitij per alquanti giorni, sente vn certo dolore, come se fusse stracco, hora per tutto il corpo, hora per questo, & hora per quello altro membro, si moue con difficoltà, sbadaglia, & nel spadagliare si stende assai, & spesso, teme di qualche gran debilità, & per questo si sforza di stare a riposo, & di ristorarsi ogni giorno di qualche buono nutrimento, tal che al fine gli sopraggiunge la febre. Questo prima, che venga la febre, ha bisogno d'essere curato con quelli medesimi rimedij, c'hauemo detto, ma di più ha di bisogno di stare molto sobrio, & di fare molto essercitio, ma se si sentirà di continuo dolore per tutto il corpo, giudico, che con gran difficoltà, si potrà ridurre alla sua solita sanità, senza cauargli del sangue, se altro impedimento non vi sarà,

sarà, & questo dico perche se il dolore, è per tutto il corpo, bisogna, che vi sia qualche causa che camini, & offenda tutto il corpo, & questo non può essere, se non nelle vene, le quali perciò bisogna votare.

Alcuni altri dopò la pienezza, sentono, & dolore, & grauezza di testa, & dopò, c'hanno mangiato, sentono tanto peso nelle palpebre, come se fussero aggrauate d'vno grandissimo sonno, nel dormire hanno gran trauglio, si riscaldano fuori del solito, alle volte il ventre se gli fa stittico: se per sorte usano il coito, gli pare subito d'essere molto leggiertiti, maben presto si fanno più graui di prima: a questi ancora si stittica il ventre, & si graua il capo, perche tira a se dalle parti da basso la soprabondantia de gli humori, tal che sono pericolosi di non hauere qualche gran male alla testa, & però prima, che gli venga, s'ha da prouedere, che il capo non tiri a se con tanta furia, & questo seguirà, se, con rimedij conuenienti, & leggiertiti si farà spesso il corpo obediante, & se per sorte gli venisse nausea, sarà bene a prouocarsi il vomito, purché siano facili a vomitare, sarà anco bene essere diligenti in lassare il vino, & tutte quelle cose, che possono salire al capo, & guardarsi dal coito, & nutrirsi di quelli cibi, c'hanno virtù di lubrificar il ventre, ma in poca quantità, bisogna anco fare poco essercitio. Ma se con tutto questo gli crescerà il peso, & dolor di testa, sarà bene a cauarsi del sangue dalla vena del fegato, ò da quella vena da la quale solena uscir il sangue, che hora è ritenuto.

Altri poi s'affaticano assai per il giorno fuori del suo solito, la sera sono stracchi, & fiacchi, la mattina seguente non hanno gusto di cosa alcuna, & pure sono sforzati a pigliare il solito nutrimento, & a quello modo stanno per qualche giorni, poi gli viene sete, & poi anco gli duole la testa, all'ultimo sono assaltati dalla febre, con horrore, questi, fatti deboli per la troppo gran fatica, restano bene d'affaticarsi, ma non già di beuere, & di mangiare, secondo il solito, con tutto che se ne douerebbono guardare hora, più che de altro tempo, & così il sangue loro assottigliato per la troppo agitazione, ha di bisogno di maggior luogo, & per questo empie le vene, & le arterie, & appresso la respirazione si fa più frequente, come si vede in quelli, c'hanno fatto grande essercitio: da questo ne seguita che il nutrimento che pigliano, non è ricevuto dalle parti interne, perche sono piene già di altro humore, il qual poi restando nel ventriculo, & ne gli intestini, s'incomincia a corrompere, dalla quale materia eleuandosi li vapori caldi, & forse anco acri, ne seguita il dolor di testa, & da questo calor ancor, che è secco, ne nasce la

H b 2 sete,

Come in questo caso si proibisce la podagra.

Quando si deue leuar il vino, & quando restituire, & in qual modo ciò s'ha da fare.

Come il vino, & l'acqua fanno alle volte l'offitio di medicamento. Nota il rimedio segnalato del vino, quando si deue lassare del tutto il coito.

Se il beuere dell'acqua è bono preferuatiuo dalla podagra.

In qual modo l'acqua gioua in questo caso.

Nota vn'altra sorte, di pienezza, & come si conolce.

Come si ha da procedere in questo caso.

Quando la sobrietà, & essercitio gioua.

Quando è bisogno cauare il sangue in questo caso, & per qual causa.

Nota vn'altra pienezza, & come si conolce.

Come alle volte il coito pare utile, se bene è di danno.

Come si prouede a questi mali.

Quando s'ha da lassare il vino.

Quando bisogna cauare il sangue, & da qual vena.

Come il sangue empie le vene.

Come il nutrimento non è ricevuto dalli membri.

Come gli humori si corrompono, & ciò che ne seguita.

Quello, che segue, se gli humori non si corrompono, & se si corrompono. *fete, se poi questi humori non si corrompono di continuo, ma per intermezzo di tempo, & che la putredine sia poca, prima ne nasce horrore, ma se la putredine andara crescendo, ne seguita il rigore, & poi la febre.*

Come si prouede a questa indisposizione.

Quando bisogna cauar sangue. Quello, che si fa da fare non volendosi cauar sangue.

Però inanti che li venga la febre, se voranno nutrirsi secondo il solito suo, sarà bene quanto prima cauarfi sangue, accioche quella materia non faccia qualche apostema, o almeno non impedisca la cottione, o il nutrimento, ma se non si voranno cauar sangue, sarà necessario che smuiscano il mangiare, & il beuere, & che sopra il tutto si guardino da beuere bene, & che ogni giorno facciano qualche essercitio, il quale però sia tanto moderato, quanto possa comportare la loro natura.

Nota vn'altra picchezza, & come si conofce.

Altri poi sono, il cui uentricolo cuoce il nutrimento, che se gli dà, ma li loro membri non lo ricenono, ilquale restando nel corpo, (& questo si conofce meglio quando il ventre è stittico) prima si scalda, & poi genera molti flati, li quali però non escono per bocca, ma più presto chiuse, & serrati nell'istessa materia, si fanno sentire qua, & la per il uentricolo, poi per la giunta, che se gli fa ogni giorno del cibo, & ritenuto nel corpo fuora dell'ordine naturale, il più delle volte si corrompe, & poi che è corrotto, non può dare più nutrimento alcuno. Dall'altro canto l'ammalato non può comportare la fame, & se presto non se li da da mangiare subito si corruccia, la bocca se gli fa amara, & la testa gli duole, quando poi ha mangiato, li pare di sentirsi meglio, se gli rimette quella fastidiosa fame, & gli cessa il suffogamento, che prima sentiuo dalli flati, che erano insieme con il cibo, il quale con la sua grauezza lo caccia alquanto più abasso, ma quando questi humori sono cresciuti tanto, che più non si possono comportare, ne nasce anco maggior putredine, dalla quale se ne seguirà maggior copia de flati, allhora il uentricolo disteso in maggior quantità, tanto più quando li flati non trouano esito, ne anco potendosi prouocare il vomito, la visica del fele, la quale è situata trà il uentricolo, & il fegato, si comprime, onde la colera è forzata passare alle vene del fegato, & da questo ne seguita quella indisposizione, chiamata ittericia, la quale in questo caso si fa senza ostruittione di quello meato.

Come il cibo per esser corrotto non può dar nutrimento al corpo.

Come l'ammalato non può comportare la fame, & il male, che sente per non mangiar, & il bene per mangiare. In qual modo cessa il suffogamento.

Nota vna cosa rara, che accade alla vesica del fele.

Nota come si può fare l'ittericia senza l'ostruittione della vesica del fele.

Quando in questo caso ne seguita euacuazione di ventre. Onde può nascere la dienteria.

Ma se nel corpo sarà più acre, & più puzzolente putredine, prouoca il ventre, come che se l'huomo hauesse preso vna medicina solutiuo, & fa vna diarrea copiosa, che procede più da materia stercorosa gialla, & liquida, perche realmente il nutrimento s'è putrefatto, che da colera, o d'altro humore, & poi ne può seguire quello male chiamato di-

senteria, percioche quell'humore putrefatto con la sua dimora ha prima riscaldato gli intestini, & poi gli scortica con la sua acrimonia.

In questo caso quando si è generato nello stomaco quello flato così stretto, & che il ventre sia stittico, & non si possa comportare la fame, deue l'huomo prouedere alli fatti suoi, prima che il male pigli augumento, però prima mollificarà il ventre con clisteri fatti d'oglio semplice al peso di vna libra, mettendone vno ogni giorno, ouero almeno vno sì, & l'altro no, lassará del tutto li cibi sodi, duri, secchi, cotti a rosto, fritti, & anco il vino, perche fa dure & ferme le cose putride, & per tre, o quattro giorni lassando tutti gli altri cibi, beuerà copiosamente brodi, o minestre liquide, accioche questo nouo cibo mescolandosi con la materia corrotta, la possa più facilmente contemperare: se la fame ritornará, & il vento si risoluera, potrà ritornare alla sua solita regola di viuere, se anco non si vedrà questo miglioramento, si forzarà di soluere il corpo con qualche pilola composta di medicamenti solutiuini, ma senza scamonea, & di queste ne pigliará vno scrupulo mattina, & sera, poco inanzi il cibo, percioche non bisogna purgare il corpo tutto in vno tratto, ma a poco a poco, perche se si da vno medicamento gagliardo, spesso accade che gli humori sottili, & acquosi si purgano, & restano gli escrementi grossi, & sodi, che sariano da euacuare, & poi occorre che il medicamento, con la sua violenza, moue, & conturba quella gran copia di fetidi escrementi, & da questa si leuano li vapori caldi, & più zolenti, li quali spesso passano nelle vene, nelle arterie, nelle carni, & finalmente in tutto il corpo. Onde il più delle volte ne seguita la febre, ma il medicamento fatto, (come hò detto) leggiero, prouocando la natura piano piano all'espulsione, con li piccioli stimoli, che succedono l'vno a l'altro, separa destramente, & commodamente vna parte dall'altra di quella grande, & dura mole d'escrementi, che è nel ventre, & inuita la natura a scaricare se stessa di quello così gran peso, onde ne seguita poi l'espulsione senza periculo, & senza molestia.

Come si prouede a questa indisposizione.

Quando s'hanno da beuere solamente brodi, o minestre liquide.

Quando s'hanno da pigliare pilole, & come hanno da essere.

Quando, & pche il corpo s'ha da purgar a poco a poco.

Il danno, che seguita, quando si piglia vn medicamento gagliardo. Il beneficio, che segue dal medicamento leggiero.

Si trouano anco alcuni, li quali poco inanti che sia l'hora solita di mangiare, & anco quasi subito dopo il cibo, sputano grande materia pituitosa, & gli escrementi del ventre sono manco di quello, che mangiano, ma poco manco, di notte non dormono molto male, la mattina quando si leuano, dicono d'hauere nello stomacho non so che di graue, & duro, simile quasi ad vno picciol pane, il quale però non gli fa dolore alcuno, ma se si mouono alquanto, mostrano con li loro rotti, che non hanno ne del acido, ne del puzzolente, che il cibo preso la sera inanti, è ancora cru-

Nota vn'altra picchezza, & come si conofce.

do,

Onde procede questa indisposizione.

Come li frutti coperti d'acqua si conservano tutto l'anno.

do, come se pure allhora l'haessero preso, questi hanno nello stomaco gran copia di flegma, & massime sottile, la quale fa l'effetto istesso nello stomaco con il cibo, che fa l'acqua delli porzi con li frutti, li quali ben coperti di essa d'ogni intorno si conservano incorrotti tutto l'anno, come insegna Aristotele nella 20. sectione de suoi problemi: così fa la flegma con il cibo preso la sera a cena, la quale riceuendolo in se di sopra, di sotto, & da ogni lato, & abbracciandolo con la sua grande copia da ogni parte, per il riposo di tutta la notte, non lascia suaporare li spiriti naturali di esso cibo, & per li quali si conserva, & alterandolo anco con la sua frigidità, sminuisce in tanto la forza del calore, che lo circonda in modo, che non può così facilmente mutarlo dalla sua qualità, & natura in un'altra, che sia differente da lui.

Come il ventriculo di questi tali sia freddo.

Ma la mattina, nel mouersi che fa il corpo, per romperci la coperta di quella flegma, si generano subito li rotti crudi. Il ventriculo di questi tali di sua natura non è più freddo, di qual si voglia altro, ma è freddo in quanto che è impedito da questo humore, che contiene dentro nella sua cavità, la quale è poi causa che non si faccia la debita concottione del cibo, si come è una pignata di terra piena d'acqua, pigliando la similitudine dall'humido al freddo, la quale humetta cioche se gli mette dentro, ancorche di sua natura sia secca.

Nota l'esempio de la pignata in questo fatto.

L'error, che fanno alcuni in questa indisposizione.

In questo caso molti sogliono tentare di scaldare il ventriculo con empiastri, & unguenti applicati di fuori, ma perche questi rimedij non possono fare il suo effetto bono, se non in lungo tempo, & questo male ha bisogno di più breue cura, è cosa pericolosa, mentre che s'affaticheranno di dare aiuto à l'ammalato, per questa via, che il male non vada tanto crescendo, che a l'ultimo l'ammalato se ne moia, però non douemo essere negligenti in questo caso, & benche li Medici moderni lodino questi rimedij, non bisogna però in essi fidarsi tanto, che lasciamo da canto tanti, & tanti altri rimedij.

Come non douemo essere negligenti in questo caso.

Come li medicamenti non possono portare, danno se bene non portano uile.

Et se bene hauemo visto qualche volta nel volere purgare la flegma, che uno medicamento dato in forma di bolo, o di pilola, è uscito per il ventre intiero, ma coperto solo di flegma, senza fare alcuna euacuazione, non bisogna per questo restare di darne delle altre volte, quando occorre un simil caso: perche tal medicamento non può portare danno alcuno. Ma per venire alla cura di questo caso, dico, che non si può usare il migliore rimedio, che prouocare il vomito, purche però l'ammalato non sia troppo difficile a vomitare.

Come si deve procedere nella cura di questo male.

Come si prouochi il vomito.

Però bisogna che si sforzi di vomitare, offeruando questa regola, cioè che

che stia digiuno sino a mezza giorno, & all'hora corra, & passeggi in gran fretta, accioche con il caldo del giorno, & con il moto dell'esercizio, & con l'essere digiuno, nel qual tempo lo stomaco contiene gli humori più sottili, & in più quantità, si prouochi più facilmente il vomito, ma se non vomitarà cosa alcuna, come alle volte accade, per essere forse nello stomaco qualche grossa, & lenta materia, farà bollire un'oncia, & mezza d'hisopo secco in libre quattro di acqua, o più, o meno, & cotta, la colerà, & poi gli porrà un poco di aceto, & anco sale, se più gli piacerà, di quest'acqua ne beuera prima piano, & lentamente, & poi un poco più, & più in fretta, & a questo modo procurerà di vomitare, dopo il vomito non mangiarà cosa alcuna, purche non sia forzato a mangiare da qualche altra causa, la sua cena sarà di pane di fior di farina, di vino puro (purche a questo sia assuefatto) di carni di ucelletti arrostiti, & simili altri cibi: se le cose salate gli piaceranno non se gli proibiscono, & così mangiarà, & beuerà, presupponendo che la fame, & la sete gioua a questo male.

Nota vno medicamento vomitino, & come s'ha da pigliar.

Dopo cena se dormira la notte assai, non gli sarà di danno, perche il sonno dopo il cibo parco, consuma quasi sempre gli humori, che prima erano nello stomaco, il giorno seguente non lassará di attendere alli suoi soliti negotij. Dopo l'esercizio della mattina sarà bene a ridormire alquanto, purche possa, perche anco questo aiuta a consumare il superfluo humido del ventriculo, & dopo mangi molto parcamente, & così procederà nell'auenire, sin tanto che tutta quella indigestione, sia ridotta a niente. Si trouano anco alcuni a quali, per la troppa fatica che durano, si liquefa maggior quantità di materia dal corpo, & massime dalle carni, di quello, che si mandi fuori per la pelle, per la via dell'orina, & per il ventre, parte di questa materia, adunque si ferma sotto la pelle, & l'imbratta di pallido colore, come fa il sudore, che imbratta la carniscia: parte poi pigliando la via del ventriculo, iui si ferma, come in luogo nel quale gli humori superflui corrono, & dalla testa, & dalle vene circumuicine. Questi dunque si fanno pallidi, & poco dopoi c'hanno mangiato fanno li rotti acidi come aceto, li quali dopoi diuentano acri, & poi quelli medesimi vapori, che fanno li rotti, salendo in alto, morsicano le narici, & gli occhi. Si fanno adunque pallidi, perche gli humori à quello modo risolti, fermandosi sotto la pelle, perdono il suo proprio colore, & n'acquistano un altro, il quale quasi sempre nel principio è pallido, o di simil sorte: li rotti poi sono acidi, perche quel humore fermandosi troppo nel ventriculo, iui si corrompe,

Il sonno consuma li humori nello stomaco.

Nota, che l'dormire innanti pranzo in questo caso dopo il debito esercizio è molto gioueuole.

Nota un'altra piechezza. Come si conosce.

La causa d'alcuni di questi acidi.

Perche costoro fanno li rotti acidi.

Per qual causa li rotti elcono dopo il cibo.

Perche questa materia punge le narici, & gli occhi.

Come questi si possono fare i drofici.
Come si proueda a questo male.

Come in questi ca si li deue far manco esercizio.

Come questo me desino ancora accade ad altri, & a quali.

Quello che accade a questi tali.

Per qual causa la carne non ricue il cibo preso.

Nota il disordine che nasce in questo caso.

rompe, & si putrefa, come fanno anco tutti li humori, li quali subito che acquistano qualche putredine, diuentano acidi (come hauemo dichiarato nel primo libro del morbo gallico.) Questi rotti poi escono alquanto dopo il cibo, perche la natura forzandosi di tirare presto, dal ventriculo a se, il nutrimento già preso, cerca di cacciare tali vapori, perche si mettono in mezzo, & impediscono questa attrattione, onde forzandosi di portarli in alto, & di romperli quanto più può, moue poi quelli rotti. Questa materia anco punge le narici, & gli occhi, perche ha acquistato maggiore putrefattione, & così non solo si fa acida, ma anco acre, come nel detto luogo hauemo scritto. Questi corrono pericolo, persencrando tale colliquatione, che il ventre loro non s'empia tanto d'acqua, che all'ultimo si facciano idropici. Accioche adunque si possano difendere da questo male, che gli può venire adosso, non restaranno già affatto di fare essercitio, accioche volendosi dare totalmente al riposo, per fuggire l'idropisia; col mortificare il loro calore, non caschino in tischezza, contraria all'idropisia, come è accaduto ad alcuni, ma faranno alquanto manco essercitio, accioche quelli humori già liquefatti, che erano restati nel capo, & le altre superfluità, che ogni giorno si generano, si possano più facilmente euacuare: se anco saranno facili a vomitare, procuraranno di cacciare fuori gli humori acidi per quella via, ma se non potranno vomitare, saranno parcissimi nel mangiare, & nel bere vino, sin tanto che quelli rotti acidi cessino, in modo però, che la natura non venga molto a patire.

Questi medesimi accidenti sogliono accaderè alle volte anco a certi corpi, c'hanno la carne densa, come sono quasi tutti li spagnoli, & alcuni Italiani magri, & forti, quando fanno poco essercitio, & mangiano più del douere. Questi dunque la notte, dopo che hanno fatto il primo sonno, & che il cibo nel ventriculo si è riscaldato, & liquefatto, gli altri membri ancora, & in particolare la carne, si scalda, & da tutto il corpo esce vno sudore sottile, à guisa di rugiata, & non per questo la carne ricene il cibo preso poco inanzi, per essere fatta alquanto più densa del solito, per l'essercitio tralassato, onde la natura irritata da questo cibo, come se gli fusse fatto contrario, in certo modo forzata, cosa che si conosce da quello sottile sudore, cerca di cacciarlo fuori per il canale, che è parte superiore del ventriculo, tal che se questi tali haueranno mangiato copiosamente ò pesce, ò caso, ò qualche cosa simile, tutto il resto della notte saranno molestati da sputi lenti, & flegmatici, & da qualche tosse, ma se haueranno mangiato carne cor-

rono.

rono pericolo di qualche soffocatione, sin tanto che si possano leggerier per via del vomito; per il quale si sentono bene alquanto in miglior essere, ma poi restano pallidi, & ne l'andar inanzi, son traugiati da dolori, & altri mali, poi che ad alcuni sopraggiunge una certa strangulatione, ad alcuni tosse. Il che accade a questo modo, cioè che il cibo cacciato da lo stomaco a la bocca, mentre che passa per le fauci, la canna del fiato s'apre, perche il suo coperchio, chiamato da Greci epiglottide, per quella violenza s'inalza, onde, oltra che non può così facilmente entrar in bocca, non può essere che, almeno in qualche parte non nè caschi nella canna del polmone già dilatata; & per questo l'huomo corre pericolo, ò d'una fastidiosa tosse, ò d'una subita soffocatione: & da questo si comprende in quanto grand'errori siano quelli, che ostinatamente credono, che la tosse causata da sputi venga solamente dalla testa, ò dal petto. Et sò certissimo, che questa mia opinione sarà molto ben tassata da costoro, per esser cosa non più detta, ò scritta da alcuno. Nondimeno mi risoluo più presto di far poca stima di queste loro opposizioni, che potendo dare qualche buon consiglio per la sanità dell'huomo, io non lo faccia. Questi si deuono curare con leuargli il cibo, spesso lubrificargli il corpo, & fare grand'essercitio; per che la natura di costoro habisogno di maggior fatica, che di cibo; perche l'essercitio (pur che non sia estremo) fa le carni più rare, & le stende in maggiore ampiezza. Per questo ancora alcuni di costoro sentono giouamento grande, se dopo il cibo fanno qualche notabile essercitio con la voce, come che per la ritenione, & velocità de lo spirito, le carni parimente si stendano, & si facciano più rare.

Si truouano ancora alcuni, li quali mangiano, & beuono troppo; onde il cibo esce spesso per il ventre liquido, crudo, indigesto, & in gran copia, come s'hauessero quell'infirmità chiamata leuità d'intestini; & con tutto questo non sentono dolore alcuno. Il corpo di costoro si va piano consumando, perche non piglia il suo nutrimento conueniente. Et ben che il loro ventriculo paia freddo, & humido; freddo, perche non cuoce il cibo, humido, perche è lubrico; nondimeno non ha nell'vno male nell'altro; ma più presto non cuoce per esser oppresso da troppa quantità di cibo; & poi ripieno da molta beuanda non lo ritiene, & lo sforza andar al basso, & uscir fuori del corpo per il ventre. Questi non hanno bisogno di coprir lo stomaco di fuori d'untioni, nè d'empiafri, perche la frigidità del suo stomaco nasce d'altronde. Ma bisogna sminuire il mangiare, & il bere: gli conuiene alle volte mangiar

I z il

Come ad alcuni venga strangulatione, ad alcuni tosse.

Nota l'error di quelli che credono, che la tosse cò sputi venga dalla testa, ò dal petto solamente.

Come si curi questa indispositione.

L'essercitio fa le carni più rare, & più ampie.

Come l'essercitio di voce dopo il pasto gioua.

Nota vn'altra piechezza, & come si conosca.

Come il ventriculo di costoro non è nè freddo, nè humido, se ben pare che così sia, & per che così paia.

Come questi non hanno bisogno di rimedij esteriori. Come si deue procedere nella cura di questa indispositione.

Comeli cibi fodi,
& duri giuano
in questo calo.

Quando è bene a
vomitare.

Nota vn'altra pie-
nezza, & come si
conosce.

Nota quando le
fecci sono come
quelle de gli itteri-
ci, se bene non ci
è questo male.

Come il ventre, &
le carni s'efficano.

Come gli escreme-
ti del ventre resta-
no bianchi.

Come si curi que-
sta indisposizione.

il pane quasi senza lieuito, lasagne, pasticcì, & simili cibi, li qua-
li si fermano più nello stomaco. Et acciò che anco il cibo si fermi me-
glio, sarà bene mangiar del pane posto nel vino austero; oltre di questo
gli conuiene il moderato essercitio. A questo modo lo stomaco farà buo-
na concottione, & si farà conoscer che è caldo. Ma se con questo il ven-
tre sarà troppo lubrico, sarà bene a diuertir questo moto due, o tre vol-
te con il vomito, perche così si leua quella mala usanza.

Per il contrario sono alcuni, li quali mangiano assai, & beuono po-
co, & non s'essercitano secondo il suo solito; orinano più spesso che non
deuriano, & pian piano si vanno consumando: fanno le lor fecci con-
sueti, & unite, ma senza pulzor alcuno, & quasi bianche, & ta-
li, che son quasi come quelle de gl'itterici, a quali è sparso il fele per il
corpo, se ben non sono itterici. In questi, perche non fanno essercitio,
le loro carni non si votano per li meati della pelle, come soleuano; &
per non essere euacuate, non tirano dalle vene; tal che il succo del qua-
le si nutriuano, camina bene al luogo suo solito, ma perche da esse non
è tirato, nè manco sà tornar à dietro per la strada che ha fatto prima,
resta, & soprabonda nelle vene. Onde cacciandosi da se stesso nelle vene,
con la sua abbondanza, esce poi fuori per la vesica, & così assuefacen-
dosi a questa espulsione, & stillando fuori ogni giorno in maggior co-
pia, essicca poi le carni, & il ventre. Il corpo di costoro perche non pi-
glia il nutrimento, s'intabidisce, & il chilo, il quale per la maggior
parte è bianco, perche nel ventriculo, & ne gl'intestini s'essicca, inan-
zi che possa secondo il suo solito, putrefarsi, & poi farsi giallo, o
rosso, & ultimamente acquistar la forma di pulzolente sterco (poiche
la putrefattione come dice Arist. nel 4. della Meteorica, è vna spetie di cor-
ruttione nel proprio humido, & il corpo secco non si può putrefare)
esce a l'ultimo dal corpo sotto forma d'escremento quasi bianco, & sen-
za odore; percioche essendo questo chilo il più delle volte bianco, &
essiccandosi inanzi che cali a gl'intestini, & anco dopò che v'è arriuato,
(come haucmo detto) esce a l'ultimo per gl'intestini senza perder quasi
parte alcuna della sua bianchezza, ma solamente fatto più sodo, & più
fermo, come priuato del suo proprio humore. Et a questo modo si vedo-
no a le volte le fecci bianche, senza obstructione alcuna del meato del
fiele. A questi è di gran giuamento leuar parte del cibo, lassare il pane
senza lieuito, perche si cuoce con difficoltà, & mangiar quello che è fatto
con il lieuito, & questo più presto che sia fatto con la farina intiera;
perche il pane puro quanto più nutrisce, tanto meglio ristora la virtù.

Deuono

Deuono anco beuere il vino nero con alquanto del soaue, ma non trop-
po potente. Il resto del viuere suo deue essere secondo il solito, ma in man-
co quantità, & così pian piano ritornaranno alli suoi soliti essercitij.
Ma se forse, per esser debili, non li potranno fare, la mattina almeno,
poi che haueranno hauuto beneficio del corpo, innanzi che mangino si fa-
ranno alquanto stropicciare; & così seguiranno sin'tanto, che fatti al-
quanto gagliardi, potranno poi più comodamete fare il suo solito essercitio.

Alcuni altri per qualche giorno, prima si fanno stittichi, gli cessa
l'appetito, abborriscono li cibi, & poi gli viene scorrentia di corpo di
vna materia liquida, putrefatta, & simile à gli oui corrotti, dalla cui
acrimonia gli intestini sono morsicati, il ventre si riscalda, riscaldata
succhia le carni, sente dolore; & da questo ne nasce vlceratione, & con
difficoltà si ferma. A questi è cosa utile prima che gli venga il flusso,
lubricargli il ventre con clisteri d'oglio (come haucmo detto) ouero con
qualche elettuario leggiero, sminuirgli il cibo, & anco la fatica. Quan-
do poi il ventre comincia a mouersi, bisogna, & di sopra in beuanda, &
da basso ne i clisteri, con brodi alterati con la rumice, o con cicerbita,
mondificare gli intestini prima che siano vlcerati da quella corrotta ma-
teria: ma poi che saranno essulcerati, bisognerà usar li rimedij, con li
quali si può curare la disenteria.

Alcuni fanno le fecci secche, & abbrusciate, dietro a questo la boc-
ca si fa prima secca, & poi amara, il ventre si chiude, & l'orina si trat-
tiene. Questo occorre, perche gli intestini priuati d'humore, sono causa
della ritenitione dello sterco. Onde non solamente si chiude la strada à
quel che si mangia, & che si beue, che per essi non passi; ma anco s'impe-
disce il passo all'orina, & questo fa comprimendo li vasi, li quali per quel-
la compressione si chiudono in se stessi, & non lassano passar l'orina. On-
de ne nasce dolor di ventre, & anco s'accende vn caldo noioso, & contra-
natura, & poi incominciano a vomitare ciò che mangiano, & beuono, &
se il male camina tuttauia inanzi, all'ultimo vomitano ancora lo sterco;
per la quale indisposizione il più delle volte gli huomini se ne moiono.

Nel curar di questa infirmità, prima che l'orina si trattenga, & pri-
ma che ne seguitino maggiori mali, sarà bene che questi piglino matti-
na, & sera inanzi all'altro cibo, il succo d'orzo, se non l'abborriranno, oue-
ro qualch'altro simile liquore; che beuino pochissimo vino, ma acqua assai,
che lassino gli oui, cibi arrostiti, fritti, salati, & grassi, che mangino car-
ni bollite, & pane ben fermentato con tutta la farina colata; potranno an-
co mangiare ogni sorte d'erbe cotte à lessò, purchè non siano nè acri, nè

Ii 2 fecche.

Nota vn'altra for-
te di pienezza, &
come li conosce.

Come si curi que-
sta indisposizione.

Nota vn'altra pie-
nezza, & come si
conosce.

Come queste co-
se accadino.

Come si curi que-
sta indisposizione.

secche. *Vfino per lubricar il corpo, li clisteri fatti d'oglio, quando haueranno hauuto l'intento suo, & che la bocca si faccia humida, & l'amarezza sia cessata, potranno ritornare alli suoi soliti essercitij.*

Nota vn'altra pienezza, & come li conolce.

Come tal cosa gli accada.

Come la testa, & le vesti gli paiono graui.

Come ne seguiti febre.

Come si sente horrore senza alcun freddo.

Come si curi que-
sta indispofitione.

Alcuni altri dopò l'hauer fatto troppo essercitio la mattina, per che il corpo, & particolarmente la testa si vacuano d'humore, se gli graua la testa con vn poco d'horrore, & se tal cosa spesso gli interuiene, escano all'ultimo in vna febre con horrore, ilquale gli viene, perche essendo euacuato quell'humore, ilquale empina li meati della pelle, è necessario che nel far maggior essercitio quelli meati, che tuttauia s'aprono più, & s'espoghino anco più all'aere esterno, ilquale entrando poi nel profondo della carne con la proportionione di minor inequalità (come si dice) li raffredda, li punge, & li fa sentir quell'horrore. La testa se gli fa graue, perche essendo euacuata del suo proprio humore, del qual ha tanto di bisogno, s'indebolisce. Et si come quelli che son deboli, gli pare che le loro vesti siano più graui del solito, così le carni, & gli osi della testa, essendo bisognosi di quell'humore, che li conforta, & che in certo modo li fa leggieri, si fanno per il contrario sentir come se fossero graui. Ne seguita poi la febre con horrore, perche se bene il grand' essercitio, & fatto fuor di tempo dilata li meati della pelle, & apre la strada all'aere esterno, che rappresenta vna specie di freddo, nondimeno riscalda fuor di modo li membri interiori. Però colui che si troua in questo stato, & che ha la febre, sente ben le carni calde, & se si scuopre alquanto, sente horrore, ma non ha mai fredde le parti estreme, nè manco la pelle. Questi tali purchè non habbino febre, deuono mangiar la mattina moderatamente, & beuer vino suauo; & essendo soliti, possono anco dormir dopò pranzo, poco inanzi cena far alquanto d'essercitio, cenar secondo il suo solito, dopò cena non passeggiare, la notte dormir bene, la mattina inanzi pranzo farsi alquanto stropicciare, & poi passeggiar alquanto lentamente. Queste cose mi par che bastino à quelli, alli quali, ò li cibi auanzano le fatiche, ò le fatiche auanzano li cibi; ma questo poco interuiene, quell'altro poi più spesso accade.

Della regola del viuere di quelli che vanno, & vengono a Roma. Cap. XXI I.

VEDO che alcuni desiderano di leggere anco molti altre cose, perche par che non basti dichiarar quali sono quelli che habitano à Roma,

Roma, qual vita facciano, & fin à quanto tēpo viuono; ma anco bisogna insegnarli in qual modo si hanno da difendere da alcuni altri mali, oltra quelli che sono familiari à Roma; & che siano regolati nel mangiar, & nel beuere, accioche possano viuere più lungo tempo che non soglion fare. Questi adunque che vengono à Roma con animo anco di partirsi, non si deuono subito dare à gran riposo, ma pian piano riposarsi, purch' altro non gli sforzi à far il contrario, accio che il sangue commosso per il viaggio, per il grande, & subito riposo non si fermi in vn luogo particolare, & inui faccia qualche mala infirmità. Se saranno venuti da luoghi molto freddi, come sono la Fiandra, la Germania, & l'Inghilterra, & masime al tempo della Primavera, ò dell' Estate; fuggiranno li vini potenti, ò almeno li beueranno con grandissima copia d'acqua, perche li capi loro s'empiono, & presto, & facilmente dall'aere, che quasi sempre è australe, & dal caldo del sole, ilquale tira à se ogni cosa; s'empie anco più facilmente, & in maggior quantità per beuer il vino potente, che sogliono beuere costoro; onde ne nascono poi catarri, dolori di giunture, & tosse. Questi medesimi anco che beuono assai, si deuono guardar dal caccio, perche gli è di gran nocumento, come hauemo detto.

Se saranno venuti à Roma per le poste, beueranno vino, & acqua, ma assai più acqua che vino; & aduertiranno bene per il spatio di 15. giorni di non star giorno alcuno, che non facciano vn poco d'essercitio, ò à piedi, ò à cavallo. Et quelli che poco si curano di questo mio consiglio, spesso spesso corrono pericolo di vita, perche quelli che hāno fatto così lunga via, & in tanta fretta, mentre che si mettono affatto à riposare senza cauarli sangue, ò far altra euacuatione, gli vien spesso, & con gran pericolo a vscir il sangue, ò per il ventre, ò per la bocca; dal qual pericolo si difendono facilmente se faranno vn poco d'essercitio ogni giorno, sin tanto che il sangue trauagliato per quell' essercitio s'acquieti pian piano, & non corra a far apostema in qualche parte del corpo. Quanto al viuere possono benissimo vsar cibi communi senza danno, & anco assai abundantemente, ma bisogna bene lassar le cose salate, & vsar diligenza che il ventre habbia il suo corso ogni giorno. Et tale ha da esser la regola di quelli che vengono à Roma con animo anco di partirsi.

Ciò che deuono far quelli che vengono a Roma con animo di partirsi. Perche nō si deuo no subito riposare.

Quando, & pche s'hanno da fuggire li vini potenti

Come deuono lassar il caccio.

Ciò che deuono far quelli che vengono a Roma per le poste.

L'utile che porta in questo caso vn poco d'essercitio.

Del viuere di quelli, che di continuo si fermano a Roma. Cap. XXI I.

QVELLI poi che si fermano di continuo a Roma, & che nel viuere loro non hanno maggior obligo, di quel che commanda la Religione Christiana, se saranno grassi, & che per la grauezza del corpo non possano fare molto essercitio, talmente che sempre il cibo superi la fatica; perche la lor sanità non è sicura, hanno tutto l'anno da usar cibi secchi, sin tanto che gli par che la lor corpolenza, & grassezza gli sia di peso. Questi anco sentiranno gran giouamento, se spesso la mattina inanzi pranso si sforzeranno di salire il Monte Anetino, doue è hora S. Sabina, ouero il Ianiculo, doue è hora S. Pietro Montorio, ò qualchi altro di quelli Monti, che sono intorno a Roma: per ciò che questa sorte d'essercitio tiene il fiato molto sospeso, & mentre che la natura si sforza d'alzar la gran mole del corpo, come intenta più a l'espulsione, che a l'attrattione, resta di dar nutrimento al corpo, & da questo poi ne seguita, che l'huomo si fa più estenuato: onde quelli che habitano li monti, sono più magri che grassi. Gli è anco di gran giouamento far essercitio, & sudare in fretta, & non a poco a poco. Et se per l'essercitio fatto, ò per qualche altra causa, fussero assaliti dal sonno inanzi pasto, il dormir alquanto, per ordinario, non gli può nuocere, pur che non ne seguiti qualche gran debilità, nè nissuno altro male d'importanza; perche da questi s'essicca naturalmente il corpo, oltre di ciò si deuono pian piano assuefare a beuere manco che possono, & acciò che si consumi più facilmente l'humore soprabondante, mescolar il vino con le acque acide, delle quali hauemo ragionato di sopra; ciò è l'Inuernata si seruiranno di quella, che è passata S. Paolo; l'Estate poi di quelle che hanno manco dell'acido. Et non deuono mangiar cosa alcuna in quel giorno, nel quale ò per arte, ò per natura, non haueranno hauuto beneficio del ventre. Non mangiaranno mai cascio, nè cibi fatti di farina, ò di latte; nè pesci, nè simili altri cibi molto humidi, & più presto si deuono nutrire di cose salate, purché non ci sia altro incontrario. Li suoi cibi hanno da esser pane fatto di farina intera passata, & cose grasse, perche questi cibi leuano l'appetito, & danno poco nutrimento. Non bisogna mangiar frutti d'alcuna sorte, eccetto quelli che lubrificano il ventre; & sempre partirsi da tavola

Come li grassi che non possono far essercitio, deuono usar cibi secchi.

L'effetto dell'essercitio che si fa salendo li monti, massime a i grassi.

Onde nasce che quelli che habitano li monti sono più magri, che grassi. Come questi deuono sudare, & far essercitio in fretta.

Come questi deuono beuere il vino con l'acque acide.

Quando non si deuono mangiare cosa alcuna in qualche giorno.

Nota che le cose grasse giouano a i grassi più.

uola con appetito. Ne deuono empirsi troppo ne di cibi, nè di beuanda, perche mentre il ventriculo si troua pieno della grand'abondanza del cibo, il succo più sottile che nasce da quel cibo, quando è cacciato alle vene, & tirato dalli membri, tutto il corpo s'empie più di quel che li fa di bisogno. Hanno anco da lassar li bagni d'acqua dolce, perche li membri, & le carni tirano a se l'humidità tanto nelle parti profonde, quanto in quelle di fuori (come dice Hipp.) bisogna anco che auuertischino di non star al sole di mezzo giorno, & deuono dormire ne letti duri, più presto che ne molli. Ma se saranno d'habito mediocre, ò magri; se il loro essercitio sarà di sedere, & di star a riposo, habbino buona cura che'l corpo sia lubrico, perche altrimenti s'accumula gran indigestione nel ventre, dalla quale ne possono nascere tutti quelli danni, che hauemo detto, & anco altri peggiori. Questi anco sentiranno utile per il loro essercitio se si fermeranno ne luoghi scoperti, & aperti, liquali però non siano percossi nè dal sole, nè dal vento, nè dal freddo; per ciò che l'aria che d'ogni intorno li circonda, & che di continuo, ò manifestamente, ò almeno ascosamente si muoue, passando spesso intorno intorno, purga & netta le parti esteriori del corpo. Et di più entrando senz'alcuno impedimento nel petto, & nel capo, con il suo frequente entrare, & uscire purga, & netta tutti quelli membri nel modo che fa l'acqua che corre, la quale con il suo moto laua tutte le sporchezze che si trouano nelli panni lini, che in essa si mettono. Cosa che si conosce manifestamente esser vera con l'essempio delli arbori, perche se uno d'essi sarà piantato in luogo chiuso da muri, & l'altro in terreno libero, & aperto, questo si vedrà sempre verde & fecondo, & quell'altro secco, & scolorito. Il medesimo accade a quelli che stanno di continuo in barca, liquali ancorche stiano sempre a sedere, & in otio, hanno perpetuamente appetito, & sono grassi & robusti. Ma se non haueranno la commodità di star in simil luogo, deuono almeno usar diligenza d'habitar in luoghi chiari, per liquali possa d'ogni banda liberamente passar il vento, & doue anco possi entrar il sole, & massime l'Inuernata; per ciò che si come per il vento, & per il sole l'aere vecchio, & grosso di quel luogo si rinoua, s'affottiglia, & si purifica; così accade all'huomo, il qual, se ben sta inui a riposo, nondimeno con l'aiuto di queste due cose, che di continuo si rinouano, si purga, & si fa più netto. Ma se non si potrà hauerne nè l'uno nè l'altro (essendo pur ogni uno nella sua professione sforzato a dar al suo corpo le necessarie commodità) deue la mattina quando sarà leuato, pur che habbia dormito il suo douere, & che

Per qual causa questi non deuono empir troppo il ventriculo.

Per qual causa deuono lassar i bagni d'acqua dolce.

Come deuono dormire ne i letti duri, & non star al sole di mezzo giorno.

Quando s'ha da stare allo scoperto.

Come l'aria purga le parti esteriori del corpo. Come l'aria purga anco li membri interiori.

Nota l'essempio delli arbori in questo proposito.

Nota il buon fiato di quelli che stanno continuamente in barca.

Come quelli che non possono star in simil luogo, deuono almeno star in luoghi chiari, & per qual causa.

Ciò che deue far colui che non può hauerne nell'vna nell'altra commodità.

Non deue alcuno dopo fatto esercizio pigliar cibo fin che la respirazione non è ritornata al suo termine naturale.

Come è il fine de l'esercizio, e il sudore, o la stracchezza.

Quando l'esercizio è d'utile, & quando è di danno.

Ciò che hanno a far quelli che stanno al seruitio d'altri.

Ciò che deuno mangiar quelli che fanno poco, & molto esercizio.

Quàdo di giorno si può dormire.

Quando il cibo ha da esser semplice, & scarso.

Quando si ha da beuer più presto acqua che vino.

Quando l'huomo non può beuer acqua.

non si senta stracco, & si sia leuato allegro, prima che pransi, partendosi dal luogo, doue è stato a seder vn pezzo, andar in vno aperto, & inui presto, & in poco tempo far quell'esercitio, che potrà; poi nel tornar a casa s'ha da fermar tanto, che la respiratione sua torni al suo solito, & poi mangiare.

Quelli il cui esercizio è d'andar in volta per la Città, se saranno in sua libertà, deuno sempre inanzi che mangino, passar il tempo nell'esercitio del corpo, il cui fine spesse volte è il sudore, o almeno stanchezza, laquale sia tale che non arriui alla fiacchezza. Et se da questo esercizio non ne seguita l'allegrezza dell'animo, & miglior colore in volto, spesso è di poco utile; ma se ne seguita tristezza, & pallidezza è sempre di danno. Quelli poi che stanno al seruitio d'altri, deuno inanzi pasto far maggior, & più veloce esercizio, ma dopo il cibo mouersi poco, & lentamente. Finalmente quelli che fanno grand'esercizio deuno nutrirsi di più solidi cibi, & in maggior quantità; & per il contrario quelli, che poco s'esercitano, deuno mangiar manco, & cibi più leggieri; il sonno suo deue esser più di notte che di giorno. Ma se la mattina saranno sforzati a leuarsi inanti al suo tempo, potranno di nuouo mettersi a dormire, pur che non sentino fame. Et se la notte non haueranno dormito, di giorno parimente potranno dormire alquanto, & questo faranno inanzi il cibo, se la fame non gli darà molestia. Ma se anco haueranno fame, potranno differir il dormire fin che haueranno pigliato il cibo, il qual poi non ha da esser nè troppo delicato, nè in gran copia, ma semplice & scarso, perche il mangiar abundante offende grauemente la testa, come anco fa la crapola; & con quel cibo deue beuer più presto acqua che vino, perche il vino empie troppo la testa, & massime nel sonno. Ma se alcuno non potrà beuer acqua, perche gli sia di danno, sarà meglio a beuer ogni altro liquore, come saria vn brodo acquoso, o qualche cosa simile, che beuer vino nè puro, nè adacquato.

Di quelli che attendono alla gola, & che stanno in otio. Cap. XXIII.

QVELLI poi che per la maggior parte del tempo attendono alla gola, & che stanno in continuo otio, hanno bisogno d'esser auuertiti che quelli tali quasi sempre empiono troppo il lor corpo, & che la

troppa

troppa pienezza è poi causa di pigrizia, perche il corpo pieno non desidera mai di mouersi, ma più presto di star di continuo in riposo, & poi perche la pigrizia leua il vigor al corpo, & fa l'huomo diueniar vecchio inanzi al tempo. Se questi tali non vorranno, o non potranno cessar da questa usanza di mangiar tanto, acciò che in vn tratto non siano soffocati da così frequente pienezza, gli conuerrà almeno hauer perpetuamente il corpo lubrico, talmente che l'euacuatione sia molto ben proportionata alla quantità grande delli cibi presi. Ma se questo non bastarà, sarà necessario la Primavera, & l'Autunno cauargli dalla vena del fegato once sei in circa di sangue, & massime se le vene saranno gonfie. Et se alle volte accade, che per hauer la sera inanzi mangiato troppo a cena, la mattina abhorriscano il mangiare, & il beuer, & si sentano ancora pieni (ilche spesso accade a questi tali, o perche non hanno mai fame, o perche non sentono quella satietà) non deuno ne pransare, ne pigliar cosa alcuna sin tanto che non sia partita quella satietà, & che sia ritornata la fame. Nè in questo caso s'ha da offeruare altra consuetudine, perche la natura in quel tempo non richiede cibo alcuno, anzi abhorrisce ogni cosa; ma è da offeruare, quando già o la fame è ritornata, o che la natura istessa richiede qualche nutrimento, talmente che se vna, o due di queste cose, o tutte due insieme vi saranno, & che l'huomo non pigli qualche ristoro, all'hora ne sentirà gran nocumento, come se vno all'hora solita di pransar, hauerà fame, & non mangiarà cosa alcuna, subito s'attrista, si fa pigro, & pallido, & spesso anco non può cenare, & in somma sente molti altri dispiaceri, delli quali parla Hippocrate nel secondo delli Acuti; per il contrario poi se, per hauer mangiato assai la sera inanzi, la mattina si sentirà pieno, & satollo, & ch' al tutto sia senz'appetito, se lassarà di pransare, & aspettarà la fame, andarà d'ogn'hora di bene in meglio, & la sera cenarà più allegramente, & in somma si liberarà affatto dal pericolo, che se gli minacciaua per la troppa pienezza.

Ma se questo tale sentirà dolor di testa, o farà li rotti puzzolenti, & che fra poco gli sopraggiunga vna copiosa euacuatione di ventre (ilche spesso accade a quelli che fanno simili rotti) perche facilmente anco gli sopraggiunge la sete, causata dalla putredine, già generata nel ventriculo; sarà bene (ma per vna ragione contraria) a beuer qualche brodo, o simile altra beuanda; perciocche quella materia già corrotta nel ventriculo, la quale moue il ventre, & con li suoi caldi vapori percuote la testa, & gli causa il dolore, con la mistura di quella beuanda, prima se

La troppa pienezza è causa di pigrizia.

A quali, & quando bisogna cauare sangue dalla vena.

Quando l'huomo non deue mangiar cosa alcuna la mattina.

Quando, & perche non si deue offeruare altra consuetudine.

Quando l'huomo deue pigliar il cibo.

L'utile che nasce dal non mangiar in questo caso.

Quando si ha a beuer del brodo.

KK contem-

L'vtil che nasce dal beuer brodo.

contempera, & poi come vinta dalla natura resta di far quelli cattiuu effetti; onde la sete si allenta, & poi anco cessa di percuoter la testa con quelli colpi; nè manco con le solite punture prouoca più il corpo all'espulsione. Et si come prima per la gran corruttione non permetteua, che il corpo si nutrisse, così dipoi hauendo in gran parte perduto la sua forza, & fatta quasi amica alla natura, permette che il corpo si nutrisca secondo il suo solito.

Nota il dāno che porta il vino.

Nè in questo luogo posso mancar di dire, che mentre che alcuni per la gran paura che hanno della debilità, non vogliono beuer brodo, nè simile altra cosa, ma solamente vino, non s'auuedono che poco dapoi sentono maggior lesione, come per esperienza si conosce. Percioche si come il vino indura, & fa sode le carni molli, & molt'altre cose, così beuuto, ritrouando gli humori putridi, & corrotti nello stomaco, iui più li ferma, & li fa più grossi.

Delli ambiciosi buoni, & cattiuu. Cap. xxv.

Nota come il vino puro è buono per li traugli del l'animo.

QVELLI che sono a questo modo traugliati d'animo, quando i fastidij gli crescono, il migliore, & più commune rimedio è il beuer il vino puro (pur che però non abhorriscano il vino) si come di sopra hauemo insegnato, parlando della stracchezza dell'animo. Ma perche tutti questi traugli, delli quali hora parliamo, si dirizzano all'ambitione, & l'ambitione è un desiderio che l'huomo ha d'acquistar quello che non ha. Et questa secondo Hesiodo è di due sorti, cioè ἐπις, ἢ ἀγαθὸν, ἢ βραχυμῆδον, ἢ ἄλλο; cioè questo desiderio, è buono, & chi è degno d'esser biasmato, & pernizioso. Quelli adunque che sono traugliati dalla seconda specie d'ambitione, perche sono di pessima natura, et pieni d'inuidia, & d'odio, per le quali passioni tormentano se stessi ogni hora, & ogni giorno; l'officio del buon Medico è di lassarli da canto, mentre che vogliono perseverare in questo suo vitio, & non farne mentione alcuna, & di permettere che siano tormentati di continuo da quelle due passioni, cioè dall'odio, & dall'inuidia; acciò che anco di continuo facciano la penitenza de' suoi peccati. Ma quelli che sono molestati dall'altra sorte d'ambitione; perche sono huomini da bene, meritano che con ogni studio, & diligenza ci affatichiamo di trouar il modo, & la via, per la quale viuano sani, & lungo tempo, acciò che con li lor continui, & honorati essempli possano parimente inuitar anco gli altri a quella impresa. Il più conueniente

Che cosa è ambitione. L'ambitione è di due forti.

Il medico non ha da tener cura delli ambiciosi della seconda specie.

Il medico deue ha uer cura di quelli della prima specie, & la causa, perche.

Il primo rimedio per quelli è il dormire bene.

niente rimedio adunque per questi è; che si sforzino di notte di dormire bene, & far li sonni lunghi, & se ciò non gli riesce, star la maggior parte della notte a riposo con gli occhi chiusi; & nel resto hauer ricorso a quelli rimedij, che hauemo dato di sopra, per prouocar il sonno; poi che non si trouarà cosa migliore nè più utile, che il sonno, per curar, & contemperare le passioni dell'animo. Perciò che si come il sole purifica l'aire grauato dalli fastidiosi vapori; così il sonno libera l'animo nostro da li continui pensieri, & traugli, & lo mette in libertà, come se fosse prima legato, & appresso lo ristora, come che andasse d'ogn' hora mancando. Non sarà anco di poco giouamento ogni mattina inanzi che pransi, andar per recreatione a far alquanto d'esercitio, & massime per luoghi liberi, & aperti, che gli vadino per la fantasia, & che siano ornati d'arbori verdi, & di acque; perche queste cose, si come diletmano gli occhi, così sono di piacer all'animo, star in conuersatione con gli amici, & con essi trattar, & ragionare, non di negotij d'importanza, ma di cose allegre, & di spasso; & mangiar spesso volte con li medesimi amici, nutrirsi sempre due volte il giorno, & più presto pigliar alquanto più di cibo, che di manco del douere; purchè però il ventre sia lubrico, & mutar spesso luogo, purchè da quella mutatione non ne seguiti nè fatica, nè stracchezza, nè manco tristezza. Sopra il tutto guardarsi di non mangiar troppo poco, anzi procurar che il corpo sia più presto, & più spesso pieno, che vacuo; & deue beuer alquanto licentiosamente, intrauenir alle volte nella Musica, & ne balli. In somma bisogna procurar di non esser mai solo. Ma quelli che non possono conuersar con altri, nè far altro che speculare, come sono quasi tutti li religiosi, a questi non increzca d'hauer ogni giorno il ventre lubrico, secondo la quantità del cibo preso; & ciò faranno nel modo che hauemo insegnato nell'opera nostra di lubricar il ventre. Et in somma deuono sempre hauer in mente le cose che facciano l'animo allegro più presto, che tristo, & afflitto.

Ciò che ha da far vno quando non può dormire.

Nota l'effempio del sole incompararlo al sonno. Il sonno libera l'animo, che prima era legato dalli pensieri.

Nota l'vtil che si caua dall'esercitio fatto la mattina per luoghi ameni.

Lo star in conuersatione con gli amici, ragionando di cose allegre, mangiar spesso con essi.

Nutrirsi due volte il giorno, & più presto più, che meno del douere.

Mutar spesso loco tutte queste cose son vtili in questo caso.

Il beuer licentioso, il sentir Musica, & veder balli, & non star mai solo gioua in questo caso.

Ciò che deuono far quelli che non possono conuersar con altri, come sono li religiosi.

Delle donne grauide. Cap. xxvi.

SE le donne, mentre che son grauide, ne i primi mesi faranno inclinate a vomitare, non si deue in conto alcuno impedir quel moto, ma lassarlo seguitare. Percioche non potendosi quell'humore, che per li mestrui prima s'euacuaua, consumar dal bambino, che anco è piccolo in quel tempo, & può dall'altro canto entrar per forza in qualche mem-

Non si deue impedire il vomito nelle donne grauide, & perche.

Onde nascono li mali che calcano alle donne nel parto, & inanti, al parto.

Quando la grauidanza, & il parto passano felicemente.

Quando il medico deue lassare fare alla natura.

Nora due cause potenti, & per le quali le donne si sconciano, che non accadono a i bruti.

Come li traugli dell'animo si deuo no fuggir nel primo, & secondo mese.

Nota due altre cause, che fanno questo effetto.

Come la donna nel principio della grauidanza è pigra, & graue, & il danno che ne seguita.

Nota in qual mese è più pericolosa.

Quando il bambino è più leggiero.

In qual tempo il bambino è più fermo, & per qual causa.

Quando la donna può far alquanto d'essercitio, & in qual modo lo deue fare.

Come nel ottauo mese bisogna lassare l'essercitio, & per qual causa.

Come nel nono mese deue ogni giorno far essercitio, & per qual causa.

Nota il discorso per qual causa la donna si sconciano nel ottauo mese.

Come la causa di saturno non è buona.

bro d'importanza, se sarà ritenuto. Onde poi ne nascono fastidi, dolori, & stenti nel parto istesso, & anco inanzi al parto. Per il contrario poi se si lassaranno vomitare, passeranno felicemente il tempo della grauidanza, & anco al tempo debito partoriranno facilmente, & senza dolore. Ma se spontaneamente non saranno inclinate a vomitare, & si sentiranno bene, con lassare questa impresa alla natura, il Medico non deue mouersi a far alcuna monita, sopra di ciò, nè dar alle donne grauide alcuno trauglio. Ma poi che, & queste, & quelle per esser soggette alle perturbationi dell'animo, & per andar dritte, come fa l'huomo (cosa che non accade alli animali bruti, li quali caminano chinati a canto a terra, & non sono mai traugliati d'alcuna passione d'animo) più spesso, & più facilmente si sconciano da i loro parti; deue il medico usar gran diligenza ne i primi mesi, & massime nel primo, & nel secondo, che la donna grauida non sia troppo molestata nell'animo, & nel corpo; tanto più perche a quel tempo li legami della creatura sono troppo molli, & facili da romperli; & dall'altro canto la creatura è tanto debile, che non può resistere a queste cause. Tal che quanto manco virtù ha in quel tempo di mouersi, & di sentire, tanto più è pigra, & graue. Et per questo ogni minimo moto è bastante a romper quelle debili membrane, onde poi ne nasce che la donna si disperde. Ma molto più facilmente può accader questo nel primo mese, che nel secondo, & più nel secondo che nel terzo, perche nel terzo, si come si muoue più facilmente, così anco è più leggiero, & nel medesimo modo è nell'andar inanzi. Ma nel quarto, nel quinto, & nel settimo mese, nel quale particolarmente ogni cosa è fatta più ferma, & la creatura è già ben organizzata di tutte le sue parti, & fatta assai più grade, più gagliarda, & più leggiera (poi che non è ancor cresciuta tanto, che il suo corpo gli sia di peso, come si fa nel ottauo mese) può la donna mouersi, & far alquanto di leggiero essercitio, con intramissione però notabile. Ma nell'ottauo mese bisogna assai riposarsi, per esser all'hora il bambino assai pieno & graue, (come si dirà abbasso) & con pochissima fatica rompe le tuniche, che lo contengono. Ma poi quando sarà entrata nel nono mese, deurà ogni giorno far qualche poco d'essercitio, accioche la creatura s'incominci a preparare, & assuefarsi pian piano ad uscir del corpo della madre. Occorre poi che le donne si sconciano più spesso nell'ottauo mese, che d'altro tempo, eccetto il primo, & anco passato il detto mese per 10. giorni è poco più, non perche Saturno domini a questo, & al primo mese, perche con tal ragione dominaria alla vita, & alla morte d'un istessa cosa:

Nè

Nè perche sia de i mesi pari, perche anco nel decimo mese, che pur è pari al par de gli altri, la donna parimente si sconcierà; il che però non suol accader mai. La donna adunque si sconcierà forse a questa maniera, perche nel settimo mese il bambino è magrissimo, & estenuatissimo, come si vede chiaramente in quelli, che nascono in tal tempo; oltra di questo se ben è compito di tutti li suoi membri necessarij, tra le sue fibre però, nerui, & altri membri restano certe cauità, che hanno bisogno d'esser empite. Vi aggiungo anco, che ogni corpo viuente poi che è creato, cerca, & desidera di tirar a se quanto più presto, & maggior copia di nutrimento che può, accio che quanto prima possa acquistare il suo augumento, & la sua perfettione. Di più occorre alle volte che non può tirar tanto quanto desidera, o perche gli manca il nutrimento, o se pur non manca, non lo può capire, nè tener, per la sua piccolezza, ma quando non è impedito da causa alcuna, all'hora tira in grand'abbondanza, & in maggior fretta. Tal che il bambino humano uscendo dal settimo mese, & entrando nell'ottauo s'empie tutto quanto più può, & in poco tempo, come fa vno che habbia lo stomaco grande, & molta fame, offertoli il cibo in abbondanza, s'empie tanto che è troppo: tal che per quella pienezza; & per la grauità che nasce da tanta repletionione, dinien inutile al moto, & al senso, & colcato dorme di continuo, sin tanto che quel cibo è ben cotto; così fa il bambino nel ventre della madre (come habbiamo prouato nel libro primo del morbo gallico) ilqual trouando apparecchiata gran copia di nutrimento, lo tira a se con maggior auidità, che mai habbia fatto, & s'empie fuor di modo, come si vede chiaramente per esperienza; perche se per sorte nasce passato il settimo, o nono giorno dell'ottauo mese, è molto pieno, & gonfio; talche trouandosi aggrauato da si gran quantità di nutrimento, si ferma dentro delle membrane che lo circondano, come dormentato, & quasi immobile, & ha bisogno di tempo, & di spatio, accio che il nutrimento, che ha preso, si possa cuocer, & maturare, il che, nel ventre della madre, si suol far nel spatio di trenta giorni, come alcuni pensano, & in quello che ha mangiato troppo, si fa nel spatio di cinque, o di sette hore. Et finalmente si come costui, se per sorte sarà percosso, o traugliato fuor di modo, o stranamente caschi, sente assai maggior dolore, & passione che non faria, non trouandosi hauer mangiato tanto, & oppresso dal sonno. Così fa il bambino, se per sorte nell'ottauo mese intrauiene qualche sinistro alla madre, laquale in questo tempo è sempre alquanto più debile, come abbasso si dirà, per il qual caschi an-

Come la parità de mesi non è buona causa.

Nota la vera causa per la qual la donna si sconcia più nell'ottauo mese, che d'altro tempo.

Come nel settimo mese il bambino, è magrissimo, & come ciò si vede, & come all'hora è compito.

Vedi il Saouarola nel lib. 2. de bagui fol. 39. col. 2. & 3. ciò che dice di Saturno.

Come all'hora nel corpo suo restano certe cauità, che hanno bisogno di esser empite.

Come ogni corpo cerca la sua perfettione.

Per qual causa il bambino non può tirar quanto desidera.

Quando tira in fretta, & in abbondanza.

Come il bambino nell'ottauo mese s'empie fuor di modo.

Nota l'essempio di colui, che mangia troppo.

Come si proua, che nell'ottauo mese il bambino tira molto nutrimento.

Come per questo il bambino resta immobile.

Come il nutrimento del bambino si cuoce in 30. giorni.

Come il cibo di quel che ha mangiato troppo si cuoce in 5. o 7. hore.

Come il bambino per ogni minimo accidente che accada alla madre rompe le membrane, & esce in luce inanzi al tempo.

co

co qualche notabil trauglio al figliuolo, che ha nel ventre, cascando con maggior rouina rompe le membrane, & esce fuori. Et a questo modo la donna si sconda, & si fa l'aborto, & tanto più, perche essendo interrotto il tempo, & lo spatio, nel qual si doueua maturare tanta copia di nutrimento, è necessario che si corrompa, & che ne segua qualche pericolo, ò ad ambidui, ò almeno ad uno d'essi, come accade alli frutti quando son colti inanzi che siano maturi, li quali ben presto s'infradiscono, & poi subito si corrompono. Et questa è la causa perche le donne grauide nell'ottauo mese si sentono quasi sempre più deboli, che li mesi inanzi, & hanno maggior molestia, che prima, per la creatura c'hanno nel corpo, & le loro mammelle, doue prima erano ben gonfie, si fanno estenuate, & cascano; & per il contrario nel nono mese si fanno più gagliarde, le mammelle di nuouo si li gonfiano, sono più forti, & facili a comportar la grauidanza, & anco molto più facilmente partoriscono. Et per questo alle volte il parto si differisce sin al 10. ò 11. mese. E' ben vero che nel settimo mese, (come hauemo detto) subito che il bambino è compito, non attende ad altro, che adempirsi tanto, quanto possono naturalmente capire, & estendersi le sue toniche. Et quando è poi giunto a questo termine, essendo già per il nutrimento tirato dal corpo della madre, li suoi membri ingranditi, & amplificati a quella mole, & quantità, che possono arriuare; tirano a se molto manco nutrimento di quel che soleuano prima. Et in questo s'assomigliano assai alli capponi, li quali mangiano assai manco, poiche son fatti ben grassi, che prima non faceuano. Et questo accade in Europa ò poco prima, ò poco dopò del nono mese. Onde si può conoscere che non è marauiglia se nell'ottauo mese le donne per ogni minima occasione facilmente si scondano, hauendo prima il bambino tirato a se troppo nutrimento dalla madre, la quale perciò s'è fatta più debole, & sente più facilmente quella molestia, & il bambino è fatto più debole per il gran peso del nutrimento preso, & le mammelle se gli smagriscono. Nel nono mese poi perche il bambino è fatto alquanto più compito, quanto manco nutrimento tira, tanto più ne lascia alla madre, la quale n'ha molto di bisogno, & si come di continuo d'esso si nutrisce, così anco pian piano si va corroborando, & facendosi più gagliarda, & per questo più facilmente porta il peso della grauidanza, & alle volte ancora lo porta più lungo tempo; perciò che quando non manca il nutrimento accomodato, spesso occorre che il parto si differisce sin al decimo, & undecimo mese; ma quando n'è alquanto di penuria, ben presto s'affretta il parto.

Per

Nota l'effempio de i frutti quando cascano inanzi al tempo.

Come nel nono mese le donne si fanno più gagliarde.

Come alle volte il parto tarda sin al 10. ò 11. mese.

Cio che faccia il bambino nel settimo mese poiche è compito.

Che li membri fatti grandi tirano manco di quel che prima soleuano.

Nota l'effempio delli capponi.

Come ciò accade in Europa il nono mese. Per qual causa le donne si scondano nell'ottauo mese.

Come nel nono mese il bambino tira manco nutrimento, & il resto lascia alla madre, che ne ha di bisogno.

Quando, & perche il parto si interdice oltre il nono mese.

Quando, & perche il parto si affrettati.

Per queste cause le donne grauide son più deboli nell'ottauo mese, & le lor mammelle son quasi sempre estenuate, & facilmente anco si scondano. Per il contrario nel nono si fanno più robuste, & più pronte all'essercitio, & hanno le mammelle più grosse, se ben poi per altra ragione cascano, & s'estenuano così in quelle, come in queste, tanto se il parto è a tempo, quanto s'è fuori di tempo. Perciò che quando la natura si sforza di cacciar fuori il figliolino che ha nel ventre, ancora in quel medesimo tempo procura di cacciar fuori tutto quello che può. Onde accade che correndo a gran furia quasi tutti gli humori al basso, le mammelle ancor si vedono in quel tempo non gonfie, ma estenuate. Et così hauemo dichiarato come si deuono gouernare le donne grauide, & per qual causa si scondano nell'ottauo mese.

Per qual causa le grauide sono più deboli nel ottauo mese, che nel nono. Et perche più facilmente si scondano. Et si fanno più robuste nel nono.

Per qual causa le mammelle si fanno magre nel nono mese.

Delle donne maritate, & de' lor molti figliuoli. Cap. xxvi.

MA le donne maritate in questa Città si ritrouano più spesso grauide, che in molti altri luoghi, perciò che si come questo paese è fertile, & le femine de gli animali bruti fanno figliuoli assai, per quella medesima ragione anco le donne sono feconde, parlo però di quelle che non conuersano se non con li loro mariti, & non con infiniti, come fanno le meretrici, le quali per usar così spesso il coito, & per lo troppo frequente mouimento delle parti genitali, se gli indura talmente il collo della matrice, che quasi si fa come callo; talmente che sempre stà aperto. Et per questo è necessario che lo spirito del seme genitale dell'huomo, ricevuto dentro della matrice, torni subito fuori per il medesimo collo della matrice, & che in tutto si svanisca. Et questa è la potētissima causa, per la quale le meretrici non fanno figliuoli; ma se pur alcune ne fanno, queste ò non conuersano così spesso con gli huomini, ò che nell'atto del coito non s'agitano, & non si traugliano tanto. Ma torniamo al proposito nostro. Sono adunque le donne maritate più feconde in questa Città (come hauemo detto) perche Roma è luogo humido, & il più delle volte tepido, con ogni commodità, & abbondanza d'ogni sorte di nutrimento. Et di più questa Città è molto simile alla Primaucra, nella quale li luoghi seminati fruttificano meglio, & le femine più facilmente s'ingrauidano, come che l'abbondanza, & commodità delli cibi inuita gli animali a mangiare, ancorche non habbino appetito. Onde è necessario, che

Per, qual causa le donne maritate sono grauide più spesso in Roma, che i altri luoghi.

Per qual causa le meretrici non s'ingrauidano spesso, come le donne honeste.

Quali sono le meretrici che fanno figliuoli.

Come Roma è simile alla Primaucra.

Come nella Prima
tera si genera grã
copia di seme.

che si generi gran copia di seme, poi che il seme è la superfluità dell'alimento; venendole poi la commodità del coito, facilmente anco si fanno

Perche altroue nõ
le segue tanto tal
effetto.

Per qual causa a
Roma son tanti
putti & putte.

grauide; cosa che non accade tanto ne gli altri luoghi; perche altroue, ò che non hanno tanta copia di così buon nutrimento, ò che viuono in

Come a i putti nõ
si deue metter grã
paura.

maggior trauagli, che non si fa in Roma. Da questo anco subito si conosce la causa perche a Roma sia tanta abbondanza di putti, & di putte; & per questo bisogna usar gran diligenza, acciò che questi non caschino in qualche infirmità, nelle quali sono molto inclinati, & sopra tutto, se gli sarà messa qualche gran paura, dalla quale patiscono

L'effetto che segue
a i putti per la
gran paura.

affai, perche essendo deboli, temono per ogni poca cosa. Et per questo anco si liquefanno facilmente, essendo la loro sostanza, & carne tanto tenera, & molle, che con poca fatica si risoluono. Et questo si conosce facilmente, perche quando se gli mette paura, ancorche sia piccola, subito se gli moue il ventre, ò l'urina, ò l'una & l'altro insieme, benchè contra la sua volontà, & di poi li sopraggiungono dolori di giunture, ò di orecchie, ò di qualche altra parte; & qualche volta anco cascano in febbre con qualche pericolo di vita, come spesso volte haueuo prouato. Et però non si deue permettere, che questi tali si fermino molto al sole, nè che facciano troppo essercitio, poi che per tale occasione più facilmente si risoluono, si liquefanno, & s'intabidiscono.

Come li putti nõ
deuono star al sole,
ne far molto essercitio.
Che mangiando af-
fai deueno beuer
acqua.

no. Se anco accaderà che alle volte mangino affai, hanno del tutto a lassar il vino, & se mangieranno poco, lo beueranno molto adacquato. Et aduertiranno quando il ventre sarà lubrico, di beuer poco; ma quando sarà stittico, potranno beuer alquanto più. Oltre di questo se gli deue dar libertà di dormire, & mangiar quanto vogliono, purchè non sentano manifestamente danno alcuno, perche il notabile augumento, del qual hanno bisogno, richiede gran nutrimento, & gran sonno. Hanno da lassar affatto tutte le specie, & il petroselino, perche quelle scaldano troppo, & liquefanno il corpo; questo pronoca il dolor di testa, & l'epilepsia, alla quale son molto inclinati. Et la medesima vita deueno

Li putti deueno
dormire, & man-
giar quãto voglio-
no.
Perche deueno las-
sar le specie, & il
petroselino.

far le lor balie; perciò che si come il nutrimento altera notabilmente li grandi d'età; così molto più la balia con il suo latte muta la natura del bambino, cosa che si conosce manifestamente quando piglia latte di varia forte. Oltre di questo deue ogni fanciullo di quell'età esser nutrito più presto dalla madre, che da qual si voglia altra donna. Perciò che si come le caualle non riceuono tutti gli asini nell'atto del coito, ancorche l'asine non rifiutino alcuno cauallo, ma solamente quelli che hanno succhiato il latte di caualla, & questa è autorità di Aristotile nel sesto del-

Perche le balie de-
uono viuere come
fanno li putti che
lattano.

Deuono li putti esser
nutriti dalle
lor matci, & per-
che.
Nota l'istoria del-
le caualle, & delli
asini.

che si come le caualle non riceuono tutti gli asini nell'atto del coito, ancorche l'asine non rifiutino alcuno cauallo, ma solamente quelli che hanno succhiato il latte di caualla, & questa è autorità di Aristotile nel sesto del-

dell'istoria delli animali al cap. 23. così il fanciullo nutrito da una donna straniera, spesso volte ritiene in se li costumi, & la natura sua. Onde si causa, che se ad alcuno nascerà qualche figliolo da una meretrice, & mala donna, & massime se sarà femina, non si deue permettere che sia alleuato dalla madre, ma da qualch'altra donna honesta, & da bene. In somma li putti, mentre che sono in tenerina età, si deueno alleuar con lusinghe, & concederli molte cose, & insieme anco auuezzarli all'hauer vergogna, più presto che fargli fare cosa alcuna per paura.

Li vecchi poi così maschi, come femine, perche il più delle volte hanno il ventre stittico (come dice Hippocrate) & hanno il calore debile, deueno nutrirsi più presto di cibi liquidi, che di sodi, & secchi, perche li cibi di tal sorte si cuociono, & si distribuiscono facilmente, & tengono il ventre molle; le quali cose tutte sono molto necessarie alli vecchi. Oltre di questo deueno seguir in tutto le sue usanze, eccetto però quelle che possono portar gran nocumento, come saria l'usar troppo spesso il coito, il crapolare, & il beuer gran quantità di vino puro. Et queste tre cose si deueno del tutto lassare, perciò che non potendosi usar il coito senza gittar il seme, & il seme è la soprabondanza dell'ultimo, & miglior nutrimento dell'animale, la quale in un vecchio, ò è mancata, ò che tuttauia è per mancare; quanto più spesso si fa, tanto più presto affretta la morte, perche leua il buon nutrimento alli membri, li quali cercano di trattenerlo per se, per hauerne più che mai di bisogno.

L'embriachezza poi, & la crapola prouocano spesso nei vecchi, ò la morte subitanea, ouero una molestissima Epilepsia, ò una longa paralisia. Et queste cose seguitano, perche, non essendo riceuuto il mangiare, & il beuer in tanta copia dalli membri, che son fatti più angusti, & stretti, che prima non erano (come si conosce manifestamente dalle rughe, & crespe che vengono a i vecchi) danno notabil disturbo al calore naturale. Et occorrendo quasi ogni giorno il medesimo effetto, perche l'huomo piglia ordinariamente ogni giorno il suo solito cibo, ne seguita, che tanta copia di cibo, & di beuanda, trouando la virtù già debile per la vecchiezza, la fa anche ben presto diuentar più debile, & all'ultimo del tutto l'estingue.

Quanto poi spetta alle regole pertinenti a questo negotio, che deueno offeruar li giouani, & gli huomini di mezza età insieme con

le donne

Li putti si deueno alleuar con lusinghe, & concederli molte cose, & auuezzarli ad hauer vergogna.

Perche li vecchi deueno pigliar cibi humidì, & liquidi.

Quando deueno li vecchi seguir le usanze, & quando non.

Il danno che porta alli vecchi l'embriachezza, il coito, & la crapola.

La causa perche seguita questo danno.

Nota che li meati ne i vecchi si fanno stretti.

Come la virtù debile si fa più debile.

le donne, che non hanno marito, si comprendono tutte in quelle, che poco fa da me son state dichiarate, eccettuando però li putti, & li vecchi.

Et a questo modo hauemo trattato, come si deuono gouernar quelli che habitano a Roma, per difendersi dall' infirmità, considerando sempre la qualità, l'habito, l'istituto, la conditione, li costumi, & l'età di tutti.

Della Quadagesima, & della Primavera.

Cap. XXVII.

SEGVITA che parliamo della regola del viuere, che si deue tener a Roma, acciò che le persone si mantenghino sane. Et prima tratteremo della Quadagesima. Et benchè habiamo dichiarato, & aduertito ogni vno, che a Roma si deue mangiar molto più, che nelli altri luoghi, perche li cibi quà danno poco nutrimento in gran mole; nondimeno non solo non si deue offeruar questa regola nella Quadagesima, ma più presto si deue far tutto l'opposito; perciò che se il tempo di questo digiuno si offerua, come si deue, gli huomini s'estenuano assai per il mangiar cose di poco nutrimento, & in poca quantità. Et tal legge s'è instituita la Primavera, nel qual tempo li corpi per essersi empiti all'innernata, hanno bisogno d'esser euacuati, per questo tanto più si deue offeruar questa legge, quanto manco nutrimento danno li cibi, che sogliono esser in uso in quel tempo. Et così li corpi humani si purgano pian piano senza alcuna lesione, li quali se sono euacuati per via di medicamento, si mettono spesso in tal pericolo, ch' a fatica schifano la morte.

Delli quattro temporali dell'anno. Cap. XXIX.

IN questi quattro temporali si deue offeruar la medesima regola che hauemo detto, che si offerui nella Quaresima, perche questi quattro digiuni si mutano in varij tempi, & la varietà de' tempi produce infirmità (come dice Hippocrate) Per questo è cosa molto utile in tutti questi

questi quattro tempi, li quali occorrono quattrouolte l'anno, con offeruar intieramente questa legge, viuer molto sobriamente, & parcamente, acciò che, se per sorte soprapiungerà qualche mala mutatione, trouandosi li corpi più vacui del solito, sentano anco manco lesione. Oltre di ciò in questi tempi, nè nella Quaresima non bisogna far molto essercitio; perciò che quanto manco sostanza da il cibo che si prende, tanto manco fatica s'ha da dar al corpo. Nella Primavera adunque, & in quelle stagioni dell'anno chiamate quattro tempi, si come la religione ha ordinato che il Christiano viua sobriamente, & parcamente, così noi obedendo a questa santa legge, douemo beuer, & mangiar alquanto più parcamente di quel che comporta la natura de' cibi che all'hora si mangiano, acciò che nella Quaresima si possano pian piano euacuare le superfluità, che si sono accumulate all'Innernata, & ne i quattro tempi, gli huomini come purgati, possano difendersi dalla mutatione del tempo che ha da venire.

Del viuere moderato de gli altri tempi, ch'è in uso a Roma. Cap. XXX.

NE gli altri tempi poi, se l'huomo si cibará alquanto più copiosamente in Roma, che non si suol far altroue, non nè sentirà quasi mai danno, & spesso se ne trouerà utile, si perche questi cibi nutriscono poco in gran quantità, come hauemo detto, si perche, se alcuno s'ammala per hauer mangiato alquanto più del douere, con leuar quello ch'è superfluo, presto si prouede al male; ma quando il male vien per difetto di qualche cosa, non si ha forza, ne vigore di tolerarlo. Ma sopra il tutto bisogna usar ne i cibi molto parcamente pesci, salumi, & spetie, quelli, perche con la lor grand'umidità, & frigidità generano gran copia di pituita, empiono il capo, & mouono catarri; questi poi, perche liquefanno, & estenuano in poco tempo li corpi humani più molli quà, che nelli altri luoghi, per la natura delli alimenti che sono in uso a Roma.

Passata la Pasqua deue ogni vno usar diligenza (volendo mangiar carne d'agnello) per hauer delli più grandi. Et perche hanno in se molta humidità, li arrostiti sono migliori, che li bolliti. Et se pure

Ll 2 alcuno

Ne i quattro tēpi si deue viuer sobriamente.

Per qual causa in questo tempo nō si deue far molto essercitio.

A qual fine la Quaresima si deue mangiar poco.

Per qual causa si deue mangiar poco la Quaresima.

Perche causa la Quaresima è instituita la Primavera.

In qual modo si purgano li corpi pian piano.

Come d'altri tēpi si deue mangiar più copiosamente in Roma, & la causa perche.

Come si deuono mangiar pesci, salumi, & spetie parcamēte, & perche.

Li agnelli che si mangiano dopo Pasqua deouono esser grandi, & arrostiti.

Gli agnelli bolliti come s' hanno a cuocere.

alcuno ne vorrà de' cotti a lessò, si faranno bollire con la giunta di quelle cose, che essiccano, come son le carni salate, o menta, maiorana, petroselino, & simili altr' herbe; li arrostiti si potranno condire con il rosmarino, che tanto piace in questi cibi.

Et ben che parerà forse à qualcuno fuor di proposito trattar hora di questa materia, la qual doueua esser scritta nelli altri libri passati, nondimeno essendo seguito questo errore, più per negligenza del stampatore, che per nostra; hauemo giudicato esser manco male dir quà quello, che bisognaua dir altroue, più presto che non parlare di questa materia in tutta l'opera.

Nota in questo loco le molte virtù, che sono nel rosmarino.

Il rosmarino adunque chiamato da alcuni herba coronaria, secondo Galeno, attenua, taglia, netta, scalda, risolue la ventosità, gioua a quelli, che hanno il mal caduco, & la paralizia, apre le oppilationi del fegato, & della milza, risana il trabocco del fiele, conforta la vista, prouoca l'orina, & li mestrui, prouede al flusso de' mestrui bianchi, stringe il flusso di ventre, fa che la bocca rende buon odore, quando è alquanto voltato per bocca: è molto utile per condimento delli cibi, come sono li ceci, & le carni tanto a rosto, quanto a lessò; raffrena il vomito della stemma; con questo, & con farina fermentata si fa pane l'Inuernata che conforta lo stomaco freddo, & humido. Di questa medesima virtù è anco il fiore. Ma è tempo di tornar al nostro proposito.

A quali persone conuiene il cascio.

Il cascio non si deue mangiar se non da persone molto robuste & forti, & che fanno grand' essercitio, come sono alcuni facchini, & contadini, li quali ne possono mangiar in gran quantità, ma a tutti gli altri se ne deue dar poco.

La vaccina è meglio l'essitate per il brodo, che per la carne.

L'Estate la carne vaccina è miglior più per il brodo, che per la istessa carne; & per questo bisogna mangiarne poca, ma l'Inuernata si può mangiar più sicuramente, perche li cibi sodi, & grossi si cuociono più facilmente.

Li cauoli sono di danno l'estate, & massime cotti due volte.

Li cauoli perche furono tanto lodati da Catone, per questo forse sono molto in uso anco all'Estate, con tutto questo però sono di qualche danno, & massime se saranno prima cotti nell'acqua semplice, come fanno quasi tutte le donne, & poi cotti di nuouo nel brodo con la carne; perciò che la parte che hanno, lubrica, si consuma ne l'acqua, & la parte che stringe, resta poi con essi. Però quando non saranno prima bolliti nell'acqua, & l'huomo in ogni modo ne vorrà

Come si deuno pigliar li cauoli.

pur

pur pigliare, deue beuer più del brodo, che mangiar l'herba, tanto più perche l'Estate si cuociono con difficoltà, & scaldano più, & spesso volte anco accendono la febre.

Li frutti non sogliono mai portar danno, quando lubricano il ventre, pur che insieme si pigliano altri cibi, che diano miglior nutrimento.

Nota quando li frutti non portano danno.

Non si troua, che per star alle vigne l'Estate vno, dui, & anco più giorni, l'huomo patisca danno alcuno, purché si guardi dal sole, dall'austro, & dal freddo della sera.

In qual modo si sente, & non si sente danno per star alle vigne dui o tre giorni.

Oltra di questo quando fa gran caldo gioua più presto, che noce, rinfrescar il vino con la neue, ma però non bisogna beuerlo, sin tanto, che l'huomo non ha mangiato buona parte del cibo, che ha da mangiare.

Quando gioua il vino rinfrescato con la neue, & quando si deue beuerlo.

Nell'Autunno, & per tutta l'Inuernata, quando il tempo è humido, le castagne sono manco nociue, perche asciugano; anzi qualche volta ancora sono utili.

Quando le castagne si possono mangiare.

Ma per il contrario l'vua, la carne di porco, & il vino Romanesco nuouo, perche son troppo humidi, sono di poco utile, eccetto però se la stagione del tempo sarà secca.

Quando si ha da lassar l'vua, la carne di porco, & il vino Romanesco.

In somma li religiosi tutti, perche sogliono leuarsi al Mattutino, passata la meza notte, deuno cenar alquanto più sobriamente, acciò che più facilmente, & più presto possano cuocer il cibo, & accumular manco crudeltà.

Li religiosi che si leuano al Mattutino, deuno mangiar poco la sera, & perche.

Li giouani poi dalli 18. anni sin alli 35. è li intorno (pur che non ci sia qualche impedimento) nella Primavera, & nell'Autunno si deuno far cauar sangue, con tale aduertimento, che la Primavera se ne caui alquanto più, che non bisogna cauare nell'Autunno, che se questa regola sarà offeruata con diligenza, passeranno spesso la vita con sanità; altrimenti molti in questo tempo cascaranno, o in tosse fastidiosa, o in asthma, o in spuro di sangue, & finalmente si faranno tifici. Nel resto del tempo poi possono quasi esser sicuri d'esser sempre infermi.

Li giouani si deuno far cauar sangue la Primavera, & l'Autunno & perche.

Quelli poi che per tutto l'anno, o almeno nella maggior parte non viuono d'altro che di cibi quadragesimali, deuno star il più del tempo a riposo, & far poco essercitio: l'Estate lassar tutti li salumi, & beuer vini potenti, purché però il lor capo non ne venga a patire. Et si come l'Estate conuiene metterci dell'acqua assai, così l'Inuernata se gli n'ha da metter manco.

Qual danno seguiti a quelli che non offeruano questa regola.

Come quelli che quasi sempre sinu tiiscono di cibi di Quaresima deuno star in riposo, & far poco essercitio. Et quello che deuo far l'Estate. Quando l'Estate s'hanno da beuer vini potenti.

Quelli

Quelli che magia
no altro che carne
deuono far exerci-
tio, & beuer vini
leggieri.
Nota quello dice
del cacio, & del
latte.

Quelli anco che alle volte mangiano altri cibi, che carne, deuono nell'istesso tempo far maggiore, & piu spesso exercitio, & beuer vini leggieri. Et se la professione loro sarà di star a riposo, & di sedere, mangiaranno cacio di raro, & in poca quantità, potranno anco pigliar del latte, & di quelli cibi che si fanno di latte, pur che per essi il ventre stia lubrico, perche a questo bisogna che l'huomo principalmente attenda.

Queste cose mi par che bastino per la commune regola del viuere nella Città di Roma.

Il fine del quarto Libro.



DEL



DELLI ROMANI ET DEL CONSERVARE LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Quinto.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.



Del prolongar la vita, & differir la vecchiezza. Cap. I.

HORA è tempo d'insegnar in qual modo gli abitanti di questa Città possono viuere alquanto piu del suo solito. Et benchè sia commune opinione, che il far questo sia molto difficile; nondimeno poi che se vede che alcuni, & con l'arte, & con l'esperienza hanno conosciuto, che ciò non è impossibile; non mi par di poter essere biasmato, se non à torto, s'anch'io mi metterò a l'impresa, per dichiarar come si possi acquistare questa cognitione. La prima cosa adunque douemo con diligenza offeruare tutte quelle cose, che possino, & giouar, & nocere; & di piu douemo fuggir quelle che ne posson nocere, & seguitar quelle che ne posson giouare, pur che però facciano in noi questo effetto; perciò che si tronano delle cose, che nociono

Si deue offeruare
quel che noce, &
che gioua; fuggir
quel che noce, &
seguir quello che
gioua.

ad

Come l'huomo si deue contener da quelle cose, nelle quali si può peccar per il troppo, & quali sono quel

Il danno che porta il trauaglio dell'animo.

Come l'huomo, che voglia nutrirsi bene deue, imitar le piante, & in qual coia.

In qual modo le piante si mantengono verdi.

Il sole, & l'aere è come l'essercitio. Il non pensar a cosa alcuna, è come il non hauer trauagli.

Deue l'huomo cercar di non patir dal secco; & perche.

Far molto essercitio patir molta sete, & fame, che dà no porta al vecchio, & come.

In qual tempo comincia la pubertà ne' maschi, & nelle femine.

Che nella pueritia si deue viuere solamente con la regola, che insegna la natura.

Come l'vsar molta regola in quel tempo è spesso di danno.

Come, & perche li putti minori di dui anni non si deono slattar la Fri mauera.

ad uno, & giouano ad un' altro; oltre di questo deue ogni uno contener si da quelle cose, nelle quali si può peccare nel troppo, come a dar si in preda alle passioni dell'animo, & delle voluttà. Deue anco l'huomo dar il suo conueniente nutrimento a tutte le parti; & membri suoi; & questo si fa, quando non solo si prouede di buoni cibi, ma anco quando da al corpo l'essercitio conueniente alla natura sua, & a l'animo manco fastidio che si può. Perche si come il conueniente essercitio porta il nutrimento a tutte le parti del corpo, & le fa più piene, & più grasse: così per il contrario il gran trauaglio d'animo diuertisce la natura, che non dia il debito nutrimento alli membri, & consuma il corpo: però quando uno si vuol nutrir bene, & come si deue ha da imitar le piante, le quali non hanno sentimento nè dolore, nè pensano cosa alcuna, & di natura sua sono esposte al sole, & all'aria: tal che mentre c'hanno di bisogno, & insieme hanno il nutrimento pronto, non mancano mai di nutrirsi bene; & per questo si mantengono verdi, belle, & fertili. Et tutte queste cose hanno gran corrispondenza insieme; perche il sole, & l'aere libero, & aperto sono come l'essercitio; il non hauer dolore, & non pensar a cosa alcuna, è come il non hauer trauaglio d'animo, per cosa che gli possa accadere. Finalmente bisogna che l'huomo, quanto più può, si mantenga il calor naturale; & perche si conserua con l'humido, bisogna vsar gran diligenza, che non patisca dal secco, perche quando è ridotto a questo termine, all'hora ne seguita la rugosa, & crespa vecchiezza, & poi la gran magrezza, chiamata da Greci *μὰρρωσις* da Latini *marcedo*; & finalmente ne seguita la morte; & per questo è molto utile non far mai troppo essercitio, non tolerar molto quella sorte di sete, che facilmente si caccia con il beuere; esser sempre pronto a cauar si la fame con il cibo, quando con questo si sente ristoro, perche tutte queste cose essiccano fuor di modo. Però mi pare che sia cosa conueniente, & utile, che li putti dall'infanzia sin alla pubertà, la qual comincia nelle femine nell'anno 12. & negli maschi ne' 14. viuano solamente con quella regola, che gl'insegna la natura, poiche in quel tempo siamo inclinati per il corso naturale al nutrirci, & al far essercitio, & però non è bisogno vsar tanti studij, come molti fanno, in determinar questo, & in insegnar quell'altro; perche l'vsar gran diligenza in questo tempo è spesso di gran danno; atteso che la natura in quel tempo ne gouerna; & solamente, è bisogno guardar si dal troppo eccesso. Nè in questo luogo lasciarò di dire, che li fanciulli minori di dui anni, non si deono mai slattare nel tempo della Pri mauera

mauera (come molte balie fanno) eccetto però se già mangiassero bene; perche nel fine dell'Estate, hauendo patito assai per il troppo caldo, ò che mangiano poco, & presto si smagriscono, & vengono meno; ò che beuono troppo. Onde poi gli viene il flusso di corpo, per il quale spesso se ne moiono. Quelli fanciulli poi, che mangiano troppo, de uono beuer dell'acqua, perche il vino nuoce a quelli che mangiano troppo.

Ma torniamo al nostro proposito. Quando incomincia la pubertà, ouero l'adolescenza, & che gl'incita al coito, bisogna quanto più si può guardar si, sin tanto che quell'età s'è fermata alquanto più; perciò che il coito di quel tempo, & tanto più s'è troppo, impedisce fuor di modo l'augumento del corpo, al quale di natura, & chiaramente siamo inclinati; doue che se ci ne guardiamo, non solo crescemo in molto maggior quantità, ma ancora in l'auuenire diuentiamo più belli, & più robusti. Et a questo modo l'ultimo, & miglior nutrimento nostro, il quale quando è superfluo, diuenta seme, se il coito ò si lascia del tutto, ò si raffrena assai, passa in augumento delli membri ancora assai molli; & di più mentre che ce n'astene mo, diuentiamo anco assai più continenti, & perciò più rare volte incurriamo in questo errore, ancor che il desiderio, che ad esso ne spinge, spesso ne faccia errare. In somma bisogna concludere, che non ci è cosa più efficace a prolongar la vita, che il temperato coito, perche s'è smisurato, consuma li spiriti vitali, & quelli humori che presto erano per nutrir il corpo.

Ma poi che l'huomo è giunto all'età di vent'uno anno, & che nell'andar innanzi, prima che arriui al decremento, che comunemente comincia nell'anno trentacinque, ò in quaranta dui, ò anco sin al quaratā noue, ò li intorno, deue auuertir che, nel tempo che forse nò cresce più tanto, non mangi tanto, quanto prima faceua, perche non pigliando noi quell'augumento, nè così presto, nè così manifestamente, che pigliauamo prima, nè per questo restiamo di mangiar, & di beuere in quella quantità ch'eravamo soliti a far prima, se non useremo diligenza di euacuar quello che è entrato nel corpo di superfluo, è necessario, che, restando dentro, si putrefaccia, & che, per l'augumento di quella putrefazione, tutto il corpo si faccia più secco, cosa che è sommamente contraria a l'allongar della vita. In somma bisogna supponere che il corpo nostro sia come un fiume, il quale si conserua con il continuo moto delle acque, che si cacciano l'una l'altra; talche se una parte di quell'acqua si ritiene, subito si putrefa, & putrefatta corrompe ciò che ha a canto, perde il vigore, & gli

Il danno che nasce da questo errore.

Quelli che mangiano troppo, de uono beuer dell'acqua, & perche. Quando bisogna guardar si dal coito.

Il danno che seguita in quell'età dal troppo coito.

L'utile che seguita dal guardar si.

Come nel guardar si dal coito, l'huomo si fa più continente.

L'effetto del misurato, & smisurato coito.

Il decremento de l'età comincia hora nell'anno 35. hora nel 42. hora nel 49.

Il danno che seguita dal mangiare troppo quando il corpo non cresce più.

Come il corpo nostro è simile ad un fiume.

L'un'acqua caccia l'altra, & l'un humor caccia l'altro.

manca tutta la sua viuacità (intendo per viuacità il maggior vigore che possa essere in un corpo inanimato.) Perche adunque l'augumento dell'huomo in questa età è oscuro, nè camina con tanta velocità, non potendo consumare l'abondanza del nutrimento, bisogna pensar di usar diligenza per euacuar quella superfluità. Ilche s'alcuno vorrà far con regola, ridurrà questo discorso a tre capi, per li quali si possa euacuar il superfluo nutrimento, ò in un subito, ouero in successo di tempo.

Come l'huomo in questa età cresce nascostamente.

Come questo discorso si riduce a tre capi.

Il primo capo è l'euacuar gli escrementi.

Il secondo è il far essercitio, come ne segue buon effetto.

Il terzo è l'usar il coito, & come si deue usare. L'effetto buono che segue quando s'usa il coito, come li deue.

In qual età abonda piu il seme.

Il dano che seguita dalla ritenzione del seme, & l'utile dall'euacuarlo. Come le parti vergognose hanno gran corrispondenza con il petto, onde per la ritenzione del seme ne seguita la difficoltà di respirare, vien l'huomo ad hauer miglior respirazione, & si come si troua libero da questo, & altri mali, così si rallegra l'animo fuor di modo. Ma poi che hauerà passato li anni 42. ò secondo alcuni 49. sin' all'età di 63. & anco prima, nel qual tempo l'huomo si può chiamare da Greci *εμωγίρω* da Latini *crudus*, & da nostri si può dir verde vecchio, all' hora deue intramettersi poco a questo

Quando si deue incominciar ad intramettersi il coito.

Il primo è di lubricar il ventre quanto più si può, & con ogni diligenza tener aperti li meati della pelle, talche per questa via si possano euacuar tutti gli escrementi, li quali trattenuti per non poter uscire, si putrefanno, & essiccano il corpo.

Il secondo è che bisogna far essercitio più uehemente, acciò che, non potendosi prouedere, che non vi sia maggior copia d'escrementi, che prima, la qual si trattiene anco più per la sodezza, & fermezza delli membri, che in quell'età è cresciuta; si possa, per via di quell'essercitio, far più gagliarda espulsione. Et ben che sia simile a quello che si faceua nell'età passata, per esser nondimeno l'huomo già solito a tal essercitio, si come non gli nuoce, così gli può giouar molto più, & massime, perche a questo modo s'imita l'impeto della natura.

Il terzo è, ch'è cosa utile a maritarsi presto, eccettuando però quelli che sono estenuati dalli digiuni, & traualgi, con intention però di non usar il coito se non in tempo, & numero conueniente; come si conosce, quando ne seguita la legerezza del corpo, la facilità di respirare, & l'allegrezza d'animo. Perciò ch'essendo in quel corpo che copiosamente si nutrisce, grand'abondanza dell'ultimo, & ottimo alimento, il qual, si come nell'età passata si conuertiuua nell'augumento del corpo, così in questa, perche l'huomo cresce pian piano, & quasi niente, si conuertite in seme, il qual, se non sarà debitamente euacuato, malamente si corrompe, da gran traualgio all'huomo, & lo riduce presto alla magrezza, & alla vecchiezza. Se sarà euacuato come si deue, si come prima grauaua l'huomo, così dopo ch'è uscito, con gran suo contento l'alleggerisce. Et perche le

parti vergognose hanno gran corrispondenza con il petto, onde per la ritenzione del seme ne seguita la difficoltà di respirare, vien l'huomo ad hauer miglior respirazione, & si come si troua libero da questo, & altri mali, così si rallegra l'animo fuor di modo. Ma poi che hauerà passato li anni 42. ò secondo alcuni 49. sin' all'età di 63. & anco prima, nel qual tempo l'huomo si può chiamare da Greci *εμωγίρω* da Latini *crudus*, & da nostri si può dir verde vecchio, all' hora deue intramettersi poco a questo

a questo essercitio, & quanto più s'accostarà alli 63. tanto manco vi douerà attendere, perche in questo tempo veramente si può dir vecchio. Questo adunque, perche in tal etade se gli stringe spesso il ventre, deue usar ogni diligenza per hauerlo sempre lubrico, & di più deue procurare di hauer aperti li meati della pelle, per li quali si possa euacuar la grand'abondanza del nutrimento. Tal che se lascerà del tutto il coito, & che non sia sdentato, & che magi bene, & faccia il conueniente essercitio, potrà sperare non solo di arriuar alli anni 70. ma anco alli cento, & di passarli, & di goder quella sanità, che sarà conueniente all'età. E ben vero che di raro si ci può arriuar, perche spesso volte occorre che vi sono delle cose, che non vi douriano essere, & vi mancano di quelle, che non vi douriano mancare. L'huomo adunque è composto dell'humido naturale sin' tanto che dura l'augumento suo; ma come comincia a smuirsi, all' hora incomincia ad essiccarfi, & ad esser priuo di quell'humore. Tal che quel s'estende secondo alcuni sin' all'anno 49. quell'altro dura sin' che l'huomo uiue, essendo il termine della vita molto differente dal termine dell'augumento, perche quello dell'augumento in tutti gli huomini dura al più (per quanto però sin' hora s'è conosciuto) sin' alli anni 49. ma quello della vita s'estende molto più innanzi, poi che in alcuni luoghi (si come dicono l'istorie dell'Indie) si trouano persone, che uiuono 110. anni, 120. 125. In altri luoghi vi sono persone, che uiuono 150. & in altri 300. & anco più, secondo che l'huomo ha commodità di aere più purgato, & uiue con quella regola che conuiene alla sua natura. Anzi hoggidi in queste bande alcuni hanno vissuto 105. anni, un' altro 111. & un' altro 121. li quali hò voluto raccontare, non perche non possano esser stati molto più di questi, ma perche questi particolarmente son stati da me conosciuti.

Poi che adunque uno hauerà passato li anni 63. nel qual tempo si può dir veramente vecchio, deue usar diligenza di hauer il ventre più spesso pieno che vacuo, ma tanto però che si possa comportar dalla natura, acciò che, non essendo li cibi di Roma di molto nutrimento (hauendo rispetto alla mole sua) non manchi mai nuoua materia di nutrimento, perche per questa regola il corpo si humetta assai commodamente, nè lascia che l'huomo si essicchi. Oltre di questo il ventre farà ogni giorno la debita euacuatione, secondo la quantità del nutrimento preso, & da questo ne seguirà conueniente essalatione: tal che per la ritenzione delli escrementi, alla quale ne seguita notabile putredine, non si può augumentar quella siccità, della quale il vecchio deue hauer tanta paura; &

Come l'huomo nell'anno 63. si fa stitico. Come deue procurar d'hauer tutti li meati aperti. Quando l'huomo può sperar di uiuere lungo tempo sano.

Per qual causa spesso non si può arriuar alli cento anni. Quanto tempo dura l'humido naturale, & quando l'huomo incomincia ad essiccarfi.

Il termine dell'augumento è molto differente da quello della vita, & quanto tempo dura, & l'vn, & l'altro. Nell'Indie alcuni uiuono 110. anni, 120. & 125. & alle volte 300. & più.

Alcuni in queste bande hanno vissuto 105. anni, vn' altro 111. vn' altro 121.

Paffati gli anni 6 deue ogni vno hauer il ventre più spesso pieno che vacuo.

In qual modo il corpo si humetta.

Che mancando gli escrementi, non si può augumentar la siccità fatto nemica alli vecchi.

così ancora potrà far li suoi soliti essercitij, ancor che per l'età si debbano far alquanto più lentamente. Ne bisogna creder a quelli che proibiscono l'essercitio alli vecchi, perche (come proueremo più abbasso) è tanto più necessario in questa età, che nell'altre, quanto è maggior la distributione del nutrimento, che si fa per l'augumento, che fanno li corpi in quel tempo, & inuita tutti a far quell'essercitio, che si può fare. Doue che facendosi ne i vecchi manco essalatione, & manco essercitio, è cosa conueniente, che l'arte supplisca ad ambidui questi difetti; poi che nel tempo dell'augumento ancor che l'huomo habbia grand'abbondanza d'humidità, ha però di bisogno, che nutrimento si congiunga con li membri, acciò che possano far il debito augumento, perche altrimenti mancando il nutrimento, ò che non si facesse la distributione per tutto'l corpo, non solo cessa subito l'augumento, ma anco il corpo s'essicca, & è causa che vno si fa vecchio inanzi al tempo. Ma di ciò non si fa gran stima dalli medici, poi che non è cosa di molta fatica dar nutrimento a quelli a quali forse non è dato. Et questo effetto cercano di fare con l'essercitio principalmente, & con la debita transpiratione delli meati della pelle. Et per questa causa li medici hanno ritrouato tante differenze d'essercitij, quant'ne hanno potuto inuestigar con il suo ingegno, & quante n'hanno potuto hauer da quelli che insegnano il modo di far essercitio chiamati Gymnastici, & tutte le mettono in pratica con tanta cura, & diligenza, che quando occorre a farsi qualche leggiero errore, lo stimano di grandissima importanza, ancor che ne seguiti molto minor danno, che non seguita dalli errori, de' quali s'è detto di sopra. Imperò che quando l'animale cresce così euidentemente non occorre usarci tanta diligenza, acciò che faccia essercitio, perche la natura all'hora insegna quello che l'huomo deue fare; come si vede nelli fanciulli, li quali non possono star a riposo, & sempre in qualche modo si muouono; & in questo son molto simili alli capretti, li quali ancor che non possono star in piedi, corrono, & saltano quà, & là, ò che si muouono in qualche maniera, si come più presto, & più commodamente li riesce. Et questo nasce dal vigor del sangue, il qual quando cresce, salta, si moue in alto, empie le vene, & sforza l'animal quanto più può a stendersi, & a mouersi in quà, & in là in diuerse maniere.

Ma quelli che sono ancor nel ventre della madre, & nelle fasce, non possono crescere a quel modo, perche gli è vietato a mouer li loro membri, come fariano, se fussero in libertà. Et da questo si vede apertamente in quanto errore siano quelli, li quali credono che l'essercitio sia

stato

Nota quello che dice contra quelli che proibiscono l'essercitio alli vecchi. Questo è il Cardano nel lib. 4. di conseruar la fanità al cap. 12.

Nei vecchi si fa manco ciffalatione.

A qual fine li Medici antichi trouano tante differenze d'essercitio.

Quando l'animal cresce non occorre a esser diligente, acciò che faccia essercitio, & perche. Come li fanciulli non possono star forti, & come son simili alli capretti, & onde questo nasce.

Nota come l'essercitio non è istituito per augumento del corpo.

stato instituito per l'augumento del corpo, poiche la creatura nel ventre, & il bambino nelle fasce crescono senza far punto d'essercitio, oltra che vi sono infinite piante, che mai si mouono dal luogo, doue son piantate, le quali crescono senza questo essercitio, come la Malua, la Canapa, la Zucca, l'Anguria, & infinite altre. Per il contrario quando l'animale è in declinatione, ancor che l'humido manchi, & la siccità entri in luogo suo; onde doueria l'animale più presto esser inclinato a lassare il moto, & darsi al riposo; nondimeno l'essercitio è di tanta necessità, che lo sforza al moto tanto quanto lo sforzaua ancora quando era in augumento; ne si può far tanto essercitio, che basti per la distributione del nutrimento, & per l'euacuatione delli escrementi.

Ne manco quello, che tiene l'opinione contraria alla nostra, dice il vero, mentre che proibisce l'essercitio alli vecchi, quando sono in declinatione, perche essicchi, con dir che la declinatione dell'età è di natura secca, alla quale se s'aggiunge quella dell'essercitio, crescerà tanto quella siccità, che ridurrà l'huomo a maggior grado di quel che possa comportar la natura, & presto lo condurrà alla morte. Et per questo è più necessaria la quiete alli vecchi, che l'essercitio, acciò che si possano conseruare il suo humido naturale. Ma il fatto è molto diuerso da quello, che egli si pensa, perche se li vecchi, lassando il moto (per seguir questo consilio) si daranno in tutto alla quiete, non solo non si conseruarà la lor naturale humidità, ma più presto si faranno molto più secchi, che prima non erano; & la ragione è perche se l'huomo per tutte le sue parti non pigliarà il debito nutrimento, non potrà viuere lungo tempo. Et già che ogni sorte di cibo ha in se qualche escremento, & l'huomo spesso piglia più cibo di quel, che ha di bisogno, ne seguita, che sempre hauemo dentro di noi notabil abbondanza d'escrementi, li quali se non saranno cacciati fuori, mentre che si trattengono dentro, notabilmente si corrompono; & poi che sono putrefatti, quanto più si fermano nel corpo, tanto più l'essiccano. Tal che questa sorte di cibi acquista una mala qualità, per la quale li membri non li tirano a se; & per questo ò non danno nutrimento alcuno, ò se lo danno, è molto cattiuo: però se li vecchi, lassando il moto si daranno totalmente alla quiete, si faranno anco più secchi, che non fariano, se si mouessero, poi che ò con fatica ò molto poco si nutriscono.

Come questo si proua con esempi delli bambini inanzi che nascano, & delle piante.

Nota vn'altro argomento contra l'essercitio.

Come la quiete è più necessaria alli vecchi, che l'essercitio.

Nota come il vecchio per star a riposo si farà molto più secco.

Nota che gli escrementi ritenuti essiccano il corpo.

Dell'effercitio delli vecchi. Cap. II.

Comeli fanciulli, & li giouani hano di bisogno di manco effercitio, che li vecchi, & per qual causa. Et che in essi la virtù del l'augumento fa l'officio dell'effercitio, & quata virtù ne seguita.

Comeli vecchi hano molto più di bisogno d'effercitio che li giouani.

L'humido, & la forza ogni giorno più si finiuisce.

Quali sono li rimedij che possono giouare a questi.

Come l'effercitio è il meglio di tutti, & per qual causa. Et di che ha bisogno il vecchio.

L'utile che seguita ne vecchi dall'effercitio.

Il dano che seguita nelli vecchi per non far effercitio.

Come li nuoui escrementi ritardano la siccità nelli vecchi.

ET questo si conoscerà meglio, & più chiaramente se considereremo, che li fanciulli, & li giouani hanno di bisogno di manco effercitio, che non hanno li vecchi, perche in quelli la virtù dell'augumento fa l'officio dell'effercitio, ilquale, mentre che lo fanno, li spinge a cacciar fuori gli escrementi, & gli apparecchia la via, per la quale se possa più facilmente far la distributione del nutrimento. Et è causa dell'espulsione di tutte le superfluità; dalle quali cose ne seguita, che pigliano di continuo noui cibi; onde poi li loro corpi s'humettano, & s'augmentano. Per il contrario i vecchi n'hanno molto più di bisogno, acciò che l'humido suo naturale, che di continuo si strugge, si conserui quanto più si può; ma perche la lor natura, che d'ogni hora si fa più pigra, nè manco la forza della sua declinatione, che ogni giorno più si smiuisce, nè cosa, che habbiano dentro di se, può darli giouamento alcuno, è necessario trouar qualche aiuto di fuori, che faccia questo effetto. Et ben che si possan proporre molti rimedij, che saranno giudicati al proposito per questo effetto, oltre il cibo, come sono li fomenti, li bagni d'acqua dolce, l'aere circoncucino, il sole, il caldo, l'effercitio, & altre cose simili: nondimeno non si trouerà cosa più sicura, più utile, più pronta, & più facile da essere ben gouernata, che l'effercitio. Perciò che il vecchio, che vuol uiuer in sanità longo tempo, ha di bisogno sopra il tutto, che il cibo che piglia, si distribuiscia facilmente, & che gli escrementi suoi si caccino fuori del corpo, per dar luogo a quel che ha da entrare. Le quali cose seguiranno più sicuramente dall'effercitio, che da altra cosa, che habbiamo detto; il quale con la frequente agitatione non lascia inuechiare, & sforza a uscir del corpo tutte le superfluità del cibo, inanzi che si corrompano, o almeno inanzi che cresca la loro putrefatione, come occorre quando, per non far effercitio, si ritengono più del douere. Il che quando accade, mentre che s'euacuano, quelli escrementi putrefatti, li quali per la longa dimora che fanno nel corpo, riducono li vecchi a maggior siccità; succedono in luogo suo nuoui escrementi, li quali se saranno euacuati per via del conueniente moto, & effercitio, prima che si corrompano, o almeno prima che acquistino maggior corruttione, non solo non gli essiccano, ma più presto ritardano la siccità, che può succedere dal decremento della

della sua età. Et in cambio della gran siccità, che imprimono ne i membri, quando son ritenuti più del douere, si come non li lassano troppo essicare, contra quello, che all' hora sol far la natura, anzi più presto gli humettano, conseruano in vigor quella vecchiezza, & la prolongano in molto più lungo tempo. Che poi li cibi presi di nuouo, & presto distribuiti, humettino il corpo, si prona con l'essempio delle balie, le quali alle volte prima, ch' incomincino a lattare sono magre, & poi mentre che generano molto latte, & insieme consumano gran copia di nutrimento, che d'ogni hora si conuerte in latte; & mentre che di continuo mangiano, & benono, & s'empiono di nuoui, & spessi cibi, diuentano insieme insieme piene, grasse, & belle. Per questa causa ancora li fanciulli, che mangiano spesso, sono quasi sempre di habito più sano, & più grasso; & quelli che mangiano più di raro, sono magri, & estenuati. Tal che l'huomo non ha potuto schifare l'ordine della natura, che nel successo dell'età pian piano non s'essicasse, & che questa siccità non andasse talmente crescendo, che a l'ultimo, fatto quasi del tutto secco, naturalmente non se ne morisse; poi che l'aridità, che perpetuamente seguita la continua putrefatione del nutrimento, non si può prohibire (si come hauemo dichiarato nell'opera del caldo naturale) talmente, che con il tempo non arriui all'estrema siccità, per la quale poi è necessario, che l'animale manchi. Et ben che la mutatione del cibo si possa chiamar concottione, nondimeno perche non si può fare, se prima non è naturalmente corrotto, da qui nasce, che si chiama concottione in quanto che da nutrimento al corpo, ma in quanto che quel cibo si corrompe, & acquista un'altra forma, si chiama putrefatione. A questo modo si conosce quanto sia necessario l'effercitio al vecchio. Così ancora s'intende benissimo, che l'effercitio è di due sorti, una è che viene dalla spontanea inclinatione della natura, come è quella, che è nelli fanciulli, & nelli giouani; l'altra è, che viene dall'arte, & dalla volontà dell'huomo, come è quella, che è ne i vecchi, & che naturalmente si smiuiscono, & vanno in declinatione. Quella non ha bisogno d'altro instinto, che della natura, perche li fanciulli (pur che possano) non mancano mai di far effercitio, & d'esser in continuo moto, & sono come li capretti (che hauemo detto) che sempre corrono, & saltano. Questi altri hanno di bisogno d'uno che li spinga, il qual non può essere interno, nè dalla natura, la quale in questo da se, è pigra, ma esterno, come da uno artefice, o dalla volontà sua, la quale in questo caso fa l'officio dell'artefice, il che sarà per accidente interno, ma per sua natura esterno.

Come li nuoui escrementi humettano li vecchi. Che li cibi presi di nouo, & presto distribuiti humettino il corpo, si prouoca con l'essempio delle balie.

Nota che li fanciulli che mangiano spesso, sono grassi, & quelle che mangiano di raro sono magri.

Onde succede la siccità ne vecchi, & come si può prohibire.

Il cibo non si può cuocere se prima non è corrotto. In qual modo il cibo si dice esser còcorto, & in qual modo corrotto.

L'effercitio è di due forti. La prima forte viene dalla natura.

La seconda viene dall'arte, & dalla volontà, & in qual modo.

Li fanciulli fanno sempre effercitio pur che possano.

Qual è quella cosa, che spinge il vecchio a far effercitio.

Come l'vno, & l'altro esercizio ha bisogno d'vn chelo riformi, & che lo misuri. Ogni vn deue fare esercizio a modo suo.

Come l'huomo deue per seuar in ogni età nel l'esercizio suo solito.

Le cose solite che non portano danno, sono più da offeruar che le insolite.

Il vecchio deue fare più d'vn esercizio s'è solito a farne molti.

Come la consuetudine, che non nuoce, si deue offeruar, & più ne i vecchi.

La distribuzione del nutrimento ne i vecchi, è tarda, & poca, perche è poca.

Perche è tarda.

Come il moto delle parti interne sia simile al moto delle esterne.

nò. Hora l'vn & l'altro esercizio quando non è fatto, come si deue, ha bisogno d'vno che lo riformi, & che gli ponghi la misura del modo, come si ha da fare, & quanto ha da durare. Di più, perche vno sarà inclinato più ad vn esercizio, che ad vn altro; bisogna lassarlo far a modo suo, pur che da quello non ne seguiti notabil danno: verbi gratia, se vn giouine sarà inclinato a saltar più, che a correre, si deue lassar saltare; se a correre, correre, se a passeggiar, passeggiare, se a caualcar, caualcare; & se a questo, & a quello, si deue permetter ch'attenda ad ambidui; & nel medesimo esercizio s'ha da perseverare in tutte l'età. Talche quando vn camina alla vecchiezza deue far quel medesimo esercizio, che facua in giouentù; come se quando era giouine s'esercitava in barca, o in cocchio, il medesimo deue far anco in vecchiezza. Et se per sorte non hauesse la commodità di far nè l'vno, nè l'altro, ne farà vn altro simile ad essi, come è l'andar in lettica, o cosa simile: & quelli, che in giouentù sono soliti a passeggiar, & caualcar, in vecchiezza, faranno hor l'vno, hor l'altro. Et questa è dottrina d'Hippocrate nel secondo de gli aphorismi, doue dice, che quelli che sono soliti a qualche fatica, ancor che siano vecchi, o deboli, la comportano più facilmente, che li giouani, & li gagliardi, che non vi sono soliti. Tal che se le cose solite, che non hanno ancor portato danno alcuno, sono più da offeruar, che le insolite; ne seguita che il vecchio deue far elezione di quel l'esercizio, il qual era solito a far in giouentù; ne manco si deue determinare ad vn solo, & medesimo esercizio, ma deue variar da questo in quello, com'era solito a fare in giouentù, poi che la consuetudine, che non nuoce, si deue offeruar da tutti, ma molto più dalli vecchi. Hauemo adunque detto che l'esercizio è di due sorti, & che il vecchio deue far quella sorte d'esercizio, alla quale era assuefatto in giouentù, & non farne di quello che non ha mai pronato.

Non lassarò anco di dire, che la distribuzione del nutrimento nel vecchio non è mai molta, & veloce, ma tarda, & poca, perche li suoi meati, & parti sono cascate in se stesse, nè s'empiono più come soleuano, il che si conosce dalla diminutione del corpo, & dalla carne rugosa, & crespa: tarda poi, perche si come il vecchio con difficoltà si moue da luogo a luogo, così le sue parti, & membri interni sono più lenti, & più tardi a tirare. Et è cosa conueniente che il moto, & attrazione delle parti interne, sia simile al moto dell'esterne. Et per questo la distribuzione del nutrimento per il corpo è molto più veloce ne i fanciulli, & ne i giouani, che non è ne i vecchi. Onde li giouani dopò c'hanno

c'hanno preso il cibo, ancorche copioso, subito diuentano più robusti, & più agili; per il contrario li vecchi, massime s'hanno mangiato assai, si fanno più pigri, & più grani, nè si possono quasi mouere, se non da indi a vn gran pezzo. Così quelli che stanno troppo a riposo, poco si nutriscono, & pian piano, come fanno li vecchi, eccetto però se saranno nell'età dell'augumento. Et ben che le piante siano sempre immobili, non sono però simili in questo alli vecchi, perche il sole, & l'aere aperto, al qual sono esposti, ha gran corrispondenza con il moto locale, & con l'esercizio. Onde le piante, che non sono esposte al sole, & all'aere, che d'ogni intorno, & spesso le percuota, tutte sono o sterili, o inutili, o almeno fanno pochissimi frutti. Et per questo è cosa di molta importanza che li vecchi habbiano li meati della pelle aperti, acciò che presto, & facilmente si faccia la distribuzione del nutrimento per il corpo loro; si come deue anco ogni vno sapere, che non è cosa più contraria alla sanità, che lo star troppo in otio, & l'esporsi al gran freddo dell'aere, & all'impeto del gran vento, & massime se di rimpetto percuoterà il suo corpo. Per il contrario non ci è cosa più amica, che l'esercizio, & calore temperato, & il sole, pur che particolarmente non offenda la testa. Mi pare che hora, & prima sia detto a bastanza del moto, & della quiete. Il freddo poi chiude li meati del corpo, & proibisce che le superfluità del cibo non si possano per essi euacuare, come soleuano; il medesimo effetto fa il vento, se è molto freddo; ma se è caldo, o tepido, con il penetrar dentro per li meati, mentre che si sparge per il corpo, con il suo impeto caccia da se il nutrimento, & entrando nelle cavità sue, produce vna subita satietà, più che se fosse freddo. Però se qualche parte, o tutto il cibo sarà fermato nello stomaco più di quello che conuiene, s'incomincia a putrefare, & produce caldo, & ardore nello stomacho delli vecchi; della qual cosa molti, che non intendono, si marauigliano fuor di misura. Tal che alcuni pensandosi, che la forza dello stomaco nel vecchio sia cresciuta, attribuiscono questo effetto all'acrimonia della colera, che lor pensano che soprabondi nello stomaco freddo, come monstro; se ben vedono ch' in tanto il vecchio d'ogni hora va mancando, & non pensano che quell'ardore, che si sente nello stomaco, non proceda da colera, come si credeuano prima, ma dal cibo, che essendo ritenuto nello stomaco più del douere, si corrompe, & si fa putrido; come già per altri tempi molte volte, ma poco fa particolarmente ha uemo visto in vn vecchio d'anni 87. il quale, cò hauer il ventre molto stitico, si lamentaua d'vn ardore continuo nello stomaco, & vomitaua cose liquide, ma acri, & quasi che abbrusciauano; nè poteua comportar di be-

On de nasce che li giouani subito c'hanno mangiato si fanno agili, & robusti. Et li vecchi fanno tutto il contrario, massime se hanno mangiato assai.

Come quelli che stanno sempre in otio, poco si nutriscono.

Come le piante si nutriscono, se ben sono immobili.

Come il sole, & l'aere aperto fa l'offitio dell'esercizio.

Le piante che non sono esposte al sole, & all'aere, sono sterili.

L'esporsi al freddo, & all'aere, & all'impeto de' venti, è contrario alla sanità.

Il calor temperato, & il sole c'ami co alla natura, pur che non offenda la testa.

Il danno che porta il freddo.

Il danno che porta il vèto s'è freddo, & se è caldo, è tepido.

Come li vecchi putriscono brucior di stomaco cò marauiglia d'alcuni. L'errore d'alcuni in questo fatto.

Onde prouiene quel bruciore.

Nota in questo caso l'esempio d'vn vecchio di 87. anni.

uer vino d'alcuna sorte, come che dal vino ne sentisse raddoppiare l'ardore. Ma torniamo al nostro proposito; il calor temperato poi farà il contrario effetto di quello, che fa il troppo gran freddo, & il vento parimente freddo; perche se trouerà li meati della pelle aperti, non li serra, anzi per essi lascia uscir le superfluità; ma se sono chiusi, li apre, & risolve gli escrementi, che truoua, & insieme dà aiuto alla distribuzione del nutrimento all'estremità del corpo; in tanto anco fomenta il calore, & dà forza al corpo, & alle parti sue, che cascano in se stesse, perche s'estendano in maggior ampiezza, & si slarghino da ogni banda; in somma fa che le carni gonfiano (eccetto però se sarà troppo) onde tirano poi più facilmente il nutrimento a se. Et questo è quello che si desidera prima in un vecchio sopra tutte le altre cose. Il medesimo effetto fa ancora il sol temperato, il quale, si come a suoi tempi commodi genera gli animali, dà perfezione a corpi, subministra alli membri maggior prontezza al moto, ristora, & mantiene la vita: così nelli vecchi accresce il calore, che tuttauia manca, netta l'aere circunnuicino, purga la pelle, & li membri vicini con l'intermezzo dell'aere; & in somma fa tutti quelli effetti, che hauemo detto poco fa del caldo. Onde Hippocrate nel 3. de gli Aph. dice che li vecchi nell'Estate, & nell'Autunno sono sani. Ma quando l'huomo è già fatto decrepito, perche non può far esercizio di mutatione di luogo, ha di bisogno in cambio d'esercizio, che la mattina, poi che ha fatto la debita concottione, prima che si leui, si faccia far le fregagioni per tutto il corpo, le quali siano ritonde, leggieri, & poche; alche basteranno pochi giri di mano, che non siano troppo veloci, & calchino poco li membri: leuato che sarà, fra poco, come più gli piacerà, si fermerà per un pezzo, inanzi che mangi, in un luogo alto, & aperto, il quale però non sia esposto nè al vento, nè al sole, che da questo nè seguiranno grandi utilità; perche le fregagioni, con l'aprir li meati steriari, & per consequenza anco quelli che li sono vicini, purgano benissimo quelle parti. Il fermarsi poi nel luogo sudetto sarà causa che tutti li membri interiori, & massime il petto, & il ceruello, con il tirar a se, & cacciar fuori spesso quel puro aere, prima si purgaranno d'ogni superfluità nel modo istesso, che l'acqua corrente lava, & mondifica li panni lini brutti. Ma se temerà che il caldo, o il freddo non lo offenda (purche però non sia troppo eccessiuo, perche se sarà tale, bisogna sopra il tutto guardarsene) quando hauerà finito di farsi le fregagioni, si potrà ungere tutto il corpo con olio d'amandole dolci, o di simile altro olio; il quale ha questa virtù, che non lascia che il troppo freddo induri la pelle, nè che il troppo caldo l'essicchi.

Nota l'effetto contrario che fa il calor temperato a quello che fa il freddo, & il vento parimente freddo.

Qual è quello che più si desidera ne' vecchi.

Come il sole temperato fa il medesimo effetto.

Onde nasce che li vecchi non sani l'Estate, & l'Autunno.

Cio che deue far il vecchio decrepito in cambio d'esercizio, non potè dolo far.

Come hanno ad esser le fregagioni nel vecchio.

Doue si deue fermar il vecchio poi ch'è leuato.

In qual modo si purgano li membri interiori.

Quilo è bene ongc: il corpo del decrepito. L'utile che porta l'ungione di tutto il corpo.

l'essicchi. Onde dal freddo ne seguita la costrizione delli meati, l'impedimento della traspiratione, la retentione delli escrementi inutili, & cattiu, & anco la putrefatione di molti humori. Per il caldo poi li meati troppo si dilatano, & il nutrimento utile del corpo si consuma. Onde ne seguita poi la resolutione della virtù, & una gran debilità; & si come lo smisurato freddo chiude, & essicca la superficie della pelle, così anco congrega, & stringe al quanto più in dentro gli humori, che sotto di essa si trouano. Il troppo caldo poi essiccando la pelle di dentro, & di fuori, consuma quell'humore, che per dentro, & sotto passa, & lascia li meati dilatati, & aperti. L'ontione adunque della qual hauemo detto, perche humetta, & mollifica; si come non lascia, che li meati della pelle nel smisurato caldo siano aperti, & nel freddo troppo chiusi; così difende molto più il vecchio da gl'incomodi di tutti questi estremi, alli quali è molto inclinato.

Il danno che proviene dal troppo freddo.

Il danno che proviene dal troppo caldo.

L'utile grande, che porta la detta ontione.

Replica non molesta di slongar la vita, & prolongar la vecchiezza. Cap. III.

OLTRA quello, che hauemo detto della vecchiezza, giudichiamo a proposito di dir ancora certe regole particolari, nell'esplicatione delle quali se forse si replicheranno alcune cose già dette, non vorrei che fosse di tedio a quelli che leggeranno questa mia opera, quando troueranno di nuouo l'istesse cose, le quali, per trattar delli rimedij di prolongar la vita, se ben alcune si replicassero due, o tre volte, non posson di ragione esser di fastidio alle persone, per prometter la sanità insieme con la longa vita, di che non si può giamai trouar cosa in questo mondo più desiderata da l'huomo. Talche quanto più si replica quello che tanto si desidera, tanto più suol esser grato, & di diletto. Et questo è il ragionamento di conseruar la sanità, la quale deue esser antiposta alli honori, alle ricchezze, a gli apparati grandi di molte cose, le quali non sono d'alcuna utilità, quando l'huomo ha perso la sanità, & è trauiagliato da qualche mala infirmità.

Quando non dispiace quel che si replica.

Quanto deue esser stimata la sanità.

Et perche la putrefatione delli alimenti, chiamata per altra ragione concottione (lassando per hora da canto la putredine del seme) è causa della vecchiezza (come di sopra hauemo detto) colui che vorrà provvedere, che la putredine non sia di danno, & che la vecchiezza si mantenga robusta quanto più si può; auuertisca principalmente di non es-

Come la putrefatione de gli alimenti è causa della vecchiezza.

Nota l'error di quelli che pigliano cibi difficili da cuocer, acciò che non così facilmente si putrefacciano. Onde nasce la difficoltà di cuocer li cibi.

Come l'huomo deue fuggir li cibi duri da cuocere.

Ogni forte di repletionione porta danno: di quali forte danno, & come si conofca.

Come li cibi deuo no effer tali, che presto non s'efficchino.

Quali sono li cibi che non così presto s'efficcano.

Quali son in particolare questi cibi. Come li vecchi de uono laffar li cibi arrostiti, & mangiar li bolliti.

ser ingannato, pensando di far bene in pigliar li cibi difficili da cuocere, come che anco con difficoltà si putrefaranno, perche si da tanta fatica allo stomaco in cuocer questi, che quanto più si sforza di prolungar la vita, tanto più s'incamina a farla breue. Costui adunque poi che vede, che la difficoltà di cuocer li cibi, nasce, ò dalla lor natura contraria a l'huomo, ò per hauerne mangiato troppo, risolutamente ha da fuggir prima tutti quelli cibi, che generalmente a tutti, & poi a se in particolare sono duri da cuocere, non scordandosi però mai dell'ordine, & del tempo, che s'ha da offeruare nel mangiar, nel beuer, & nel dormire. Oltra di questo ha d'hauer buona cura non tanto della quantità delli cibi in generale, che si prendono, ma anco in particolare di quelli, che sono facili da cuocere, li quali, ancor che non possano dar il danno che danno gli altri, pigliandone troppo, nondimeno si fa che ogni forte di repletionione suol dar gran traualgio alla natura, poi che è necessario, che ne seguiti, ò gran putrefazione, la qual si conofce facilmente dalla gran sete, che ne seguita; ouero manifesta indigestione, che parimente si conofce dalli sonni turbati, & fuori di tempo, ò da uno subito flusso di ventre, il qual debilita tutt' il corpo. Et tutte queste cose insieme, & in particolare, con il tempo son causa di gran siccità. Però bisogna far elettione di cibi, li quali, quando si putrefanno, non subito s'efficchino. Et se questo non si può fuggire, li deue con diligenza mescolare con quelli, che non li lassano così presto efficcare: & a questo modo ancora hauerà ogni giorno il ventre lubrico, li cibi adunque, che non subito s'efficcano, poi che sono putrefatti, sono quelli, che communemente nutriscono, ma principalmente sono di sostanza humida, ne nascono ne luoghi secchi, ma più presto ne gli humidi, ne manco sono tali, che, quando son mangiati da vecchi, il cui calore è secco, & debile, se si corrompono, si constringono, & si fanno duri prima, che si conuertano nella sostanza delli membri, che haueruano da nutrire: di tal forte sono li vini, che portano poca acqua, il mele con acqua, li brodi di carne, & simili altri cibi. Et per questo il vecchio spesso ha da lassar le cose fritte, & arrostate, perche si liquefanno con difficoltà nello stomaco; & pigliarà più presto li cibi bolliti, perche più facilmente si risoluono.

In qual

In qual modo il latte, & gli oui conuengon alli vecchi. Cap. I I I I.

IL latte, gli oui, & simili cibi, ne i quali (secondo alcuni) è più quello che va in nutrimento, che non è il resto, a prima vista sono stimati esser molto conuenienti alli vecchi; il che però ha in se gran dubbio, & massime se haueremo risguardo a quello, che dice Gal. delli oui, il quale, nel quinto libro di conferuar la sanità, proibisce alli vecchi l'uso frequente de gli oui. Nè bisogna pensar, che sia errore nel testo, come molti credono, li quali pensano, che si debba scriuere in luogo di *o* cioè d'oui, & a ouero *da*, cioè sorbe; come che sia cosa familiar alli vecchi il mangiar delle sorbe. Et per questo nell' insegnarli il modo di conferuar la sanità, deue il buon Medico auuertirli, che non ne mangino; però io stimo che dui, ò tre oui al vecchio sogliono esser sani; ma quando sono più a numero, portano spesse volte danno, perche, ò che satiano presto, ò che causano flusso di ventre per indigestione, come ogni un può facilmente prouare in se stesso. Et a questo modo si può dire, che Galeno non proibisce l'oua in se, ma solamente, quando se ne piglia in maggior quantità, che non conuiene. Il medesimo si può credere, che sia anco del latte, quando se ne piglia troppa quantità; & la ragione è questa, perche la virtù attrattua ne i vecchi è debole, & tarda, non solo per se stessa naturalmente, ma anco, perche non possono, ò non vogliono fare se non poco esercizio. Tal che se pigliano qualche cibo, che di sua natura passi presto alle vene, & che anco presto nutrisca, & che insieme ancora si faccia più grosso, come è l'ouo, & il latte, gli da quel poco di nutrimento buono, che si può tirar in poco tempo, poi che l'attrattione in essi è debole, ma quel che resta nello stomaco, perche presto si condensa, è anco spesso causa di presta satietà, & qualche volta di peso, ma sempre di qualche fatica allo stomaco. Onde si conclude che non è utile alli vecchi a mangiar oui, & latte in molta quantità, ma ben in poca. Et ben che giouino alli fanciulli, & alli giouani, ancor che ne pigliano in grandissima quantità, nondimeno in essi non così presto s'induriscono, che già son passati, & conuertiti in nutrimento delle parti; poiche, se come presto si cuociono, così anco, & molto più presto sozo tirati da i membri, & passano in nutrimento, prima che siano tramutati in altra forma.

De gli oui, & del latte è più quello che va in nutrimento, che non è il resto.

Il dubbio che nasce se gli oui son utili a vecchi.

Come nel testo di Galeno non è errore sopra di questo.

Come il mangiar delle sorbe non è conueniente alli vecchi.

In qual modo si solue il dubbio de gli oui.

Il danno che nasce quando si mangiano molti oui.

Galeno non proibisce l'ouo in se, ma il mangiarne troppo.

Per qual causa il latte porta danno quando se ne piglia in gran quantità.

La virtù attrattua ne' vecchi è debole per due cause.

L'ouo, & il latte nutrisce presto; ma quel che resta nel stomaco, troppo si condensa. Et il danno che ne resulta.

Che li vecchi de uono pigliar pochi oui, & poco latte.

Come nelli putti, & nelli giouani non così presto s'induriscono, ancor che ne pigliano in gran quantità.

Si come gli oui, & il latte presto si cuociono, così anco presto sono tirati da membri prima che si mutino in altra forma.

Il

Tutto il contrario accade ne' vecchi, & in qual modo.

Il contrario accade nelli vecchi, perche il calor suo debile, il qual è causa, che non si possono nè presto cuocer, nè manco presto tirar alli membri, & dall'altro canto mentre, che si fermano nello stomaco, si fanno più grossi, accresce l'occasione di conuertirsi in magior putredine. Onde si può concludere, che li cibi delli vecchi si deuono cuocer non con il vino, & massime potente, come molti fanno, pensando di far meglio, ma più presto con acqua; perche li vini essiccano, & fanno più duri li cibi, mentre che si cuociono; doue che l'acqua non solo non fa questo effetto cattiuo, ma più presto li mollifica, & li rende facili ad esser liquefatti, come si conosce chiaramente dalla carne, la qual, se è cotta nel vino, si fa dura, ma s'è cotta nell'acqua, si mollifica.

Li cibi delli vecchi si deuono cuocer più presto con acqua, che con vino potente. Come li vini essiccano, & l'acqua mollifica.

In qual modo il vino potente sia di danno al vecchio, & l'acqua gli sia vtile. Cap. V.

AQUESTO modo non è conueniente a vecchi beuer vini, & massime potenti, nè senz'acqua, nè con acque medicinali, come molti fanno; perche li vini, & altre cose di simil virtù, ancor che paiono liquide, mentre però che si mutano, & si putrefanno nello stomaco, si conuertono facilmente in terra, & in sabbia, come fanno le acque minerali; & li vini potenti, si come di sopra hauemo detto, li quali lassano nelle botti il tartaro in forma di crosta. Tal che si può concludere, che la buona acqua, sopra tutte le altre cose, impedisce, che l'huomo così presto non s'essicchi, se sarà posta ne i cibi, quando si cuociono prima, che si mangino, & anco beuuta, ò con il vino, come si deuue, ò per se sola, & massime da quelli, che sono soliti a beuerla. Nè si trouarà cosa più sana, nè più eccellente per far l'effetto, che si desidera, massime se sarà mescolata con modo. Il che si conoscerà chiaramente da i cibi prima, che si mangino, li quali, se saranno cotti con acqua, diuentano molli; ma se saranno cotti col vino, ò con qualche acqua, ò succo medicinale, si fanno più duri, & con più difficoltà si dissoluoano. Et il medesimo accade mentre che si cuociono nel ventriculo, poi che quella cottione è specie d'elissatione, doue facilmente s'attenuano, si tagliano, & si fanno più perfetti. Di modo che si può concludere, che quanto più facilmente si fa la cottione del cibo con l'acqua, che con qual si voglia altro liquore, tanto più il moderato uso dell'acqua sarà utile per conseruar la vita. Onde gli antichi faceuano più

Come li vini si conuertono facilmente in terra.

La buona acqua impedisce che l'huomo non si essicchi.

Li cibi cotti con acqua si fanno molli, & con vino si fanno duri.

La cottione, che si fa nel ventriculo è simile a l'elissatione che li fa di fuori.

Come l'acqua è utile per conseruar la vita.

conto della mutatione dell'acqua, che di quella dell'aria, & qualche volta ancora più che di quella de i cibi. Et da questo anco si conosce, che la mistura delli cibi fatta con acqua è sempre assai migliore, che se si fa con ogni altra sorte di liquore. Si può anco conoscere che non è di poca fanità, perche (pur che si beua con misura) facilmente s'altera, & se pur si corompe, ancor che si conuertita in terra, come fanno tutte le altre cose, che si corrompono; nondimeno l'acqua, nel corrompersi acquista la forma di terra molto più tardi, che non fanno le altre cose. Vi aggiungo un'altra ragione, che, dando l'acqua, ò poco, ò nessuno nutrimento all'huomo, lo difende dalla troppa pienezza, alla quale è molto inclinato (si come hauemo dichiarato nel primo libro del mal francese) & quanto più essa occupa di luogo ne i corpi, non è dubbio, che tanto manco ne pigliano li cibi. Et di più se pur si putrefa, come alcuni dicono, poi che è mutata in sapore acido, ò forse anco amaro, mentre, che la natura la caccia fuori del corpo, come inutile, & di peso; netta, & purga tutte le parti, per le quali passa, & pur passa per tutte. Onde ne seguita, che si come ogni giorno è in uso per tal bisogno, così ogni giorno rende nette tutte le parti del corpo, & le tiene pure, & polite da molti escrementi, & in somma le conserua sane quanto più può. Onde gli huomini, & gli altri animali, & massime li pesci, li quali usano per ordinario acqua, secondo la lor natura, sono quasi sempre sani; & in particolare quelli huomini, che beuono acqua, viuono spesso più lungo tempo, che quelli che beuono vino. Quelli che allegano Hipp. nel terzo de gli acuti in contrario a questa mia opinione, se considereranno con diligenza, che esso in quel luogo parla dell'acqua, & in qual modo si deuue dar in tutta l'infirmità, si come si da anco l'acqua di mele, & la ptissana; giudicaranno che io non contradico a Hipp. ne manco Hipp. a me. È ben vero che bisogna usar l'acqua con regola, altrimenti fa l'effetto contrario a quello che hauemo detto. Nè per questo mi basta l'animo di prohibire affatto il vino a tutti, ma solamente dico che la cottione de i cibi, & dentro & fuori, che si fa con l'acqua, è sempre molto più utile, che non è quella, che si fa con il vino, & altri liquori simili. Colui adunque, che sarà solito a beuer vino, persueri pur nella sua usanza, osservando però questa regola, di nutrirsi di quelli cibi, li quali, poi che sono putrefatti, non s'essicchino inanzi che siano tirati dalli membri; & di più, che sia moderato nel mangiare; il vino sia di qualche età, ma non troppo vecchio, & che non parta acqua; ma se sarà potente, lo mescolerà con acqua tanto che basti. Et auuertisca ben con diligenza,

Per qual causa gli antichi faceuano tanta stima della mutatione dell'acqua

Come l'acqua è sana perche facilmente s'altera.

Come ciò che si corrompe si conuertite in terra.

L'acqua nel corrompersi diuenta terra più tardi, che l'altre cose.

L'acqua da ò poco, ò nessuno nutrimento.

L'acqua difende l'huomo dalla troppa pienezza.

Quanto più loco occupa l'acqua nel corpo, tanto manco n'occupano li cibi.

Come l'acqua se pur si putrefa nel corpo, purga le parti, per le quali passa.

Come ogni giorno mondifica tutte le parti del corpo.

Per qual causa gli animali, che beuono acqua sono più sani, & viuono più lungo tempo de gli altri.

Nota l'autorità, che pare contraria a questa opinione. Come s'intèda la detta autorità.

L'acqua gioua in questo, che fa la cottione de i cibi dentro, & fori meglio che il vino.

Qual regola si deuue obseruar in beuer il vino.

Qual vino è al proposito per li vecchi.

Ciò che deue far il vecchio quando il suo solito vino ha fatto qualche mutatione o nel odore, o nel sapore.

Ciò che pronostichi questa mutatione.

Di quanto danno sia la siccità.

Ciò che ha da beuer in questo caso.

Quando il vino non li piace, deue beuer acqua, quando torna a piacere, lo beua.

Nota per qual causa non li deouon beuer varie sorti di vino.

Il vino è più utile al vecchio, che non è l'acqua.

Quando ha mangiato troppo deue beuer acqua, o vino ben'acquaato.

Nota la causa di questo.

Li disordini che seguitano a quelli, che hauendo mangiaro più del douere beuono vini grandi.

Il vino ferma li cibi nel stomaco, & il danno che da ciò ne seguita.

Perche il vino gioua più a vecchi, che alli putti, & alli giouani.

Ciò che deue far il vecchio per conseruarli sano.

*ligenza, che quando comprèderà, che il vino suo solito habbia fatto qualche mutatione senz' alcuna causa manifesta, o secondo il gusto, o secondo l'odore, di non odorarlo, nè manco beuerlo; perche questa mutatione spesso mostra, che nel corpo è qualche indigestione, o che ha da seguitare qualche putrefattione. Onde poi vi succede la siccità, la qual, se ben è di danno a tutte l'etadi, noce però molto più alla vecchiezza, che già di sua natura è secca. Et tratanto gli sarà di maggior utile beuer più presto acqua, che vino. Ma poi quando sarà giudicato soaue, & dell'istesso sapore, che hauea prima che pareffe mutato, potrà di nuouo beuerne a suo piacere. Finalmente bi fogna obseruar questa regola, che quando il vino non piace, deue beuer dell'acqua, quando piace, torni al vino. Et da questo si conosce chiaramente, che, per conseruar la sanità, & prolongar la vita, non si deouono beuere varie sorti di vini, ma vn solo; perche la lor varietà leua la facultà all'huomo di far questo giuditio. Et per questo casca pian piano in maggior disordine, il quale, quanto più lungo tempo dura, tanto più difficilmente si cura. Et ben che per (parlar in generale) il vino è più utile al vecchio, che non è l'acqua, nondimeno quando occorre ch'egli habbia mangiato più del douere, all'hora deue beuer acqua, o almeno vino benissimo adacquato. Perche il caldo seguita la pienezza del cibo, *κοιλία γὰρ πληρομένη* (come dice Hippocrate) *δερμίνης* cioè che il ventre pieno si scalda. Et da questo poi, se bene il vino, o puro, o con pochissima acqua, ne seguita la sete grande, dalla sete ne seguita maggior calor di prima, dal calore gran putrefattione, & poi notabile siccità, per la quale s'affretta la vecchiezza. Di più (come già hauemo detto) il vino ferma li cibi nello stomaco, li quali sono spesso in maggior quantità (per hauer forse l'huomo mangiato troppo) che non si possono tirar, dalle vene; & per questo, fermandosi nello stomaco più che non conuiene, si putrefa fuor di modo, come si conosce dall'odor cattiuo de' rotti che fanno questi tali; & da questo si radoppia la siccità, la qual poi fa affrettar la vecchiezza. Bisogna ancor sapere, che il vino gioua molto più a vecchi, ch' a fanciulli, & a giouani, perche anco mangiano manco d'essi; ma se mangiaranno assai, doueranno beuer tanto manco vino, quanto che li membri, che seruono alla concottione, & al nutrimento sono più deboli. Et così si può conoscere in qual modo si deue gouernare il vecchio, acciò che li cibi da lui presi presto non s'essicchino; il che principalmente è molto al proposito per allongar, & conseruar la vecchiezza in sanità.*

D'alcune

D'alcune altre cose, le quali particolarmente prolungano la vecchiezza. Cap. v I.

IL secondo consiglio, che si da a vecchi, è che ogni giorno habbino il ventre lubrico, secondo però la quantità del cibo preso; perche da questo altra che il ceruello, & tutto'l corpo si fa più vigoroso, & respira meglio, mentre che ogni giorno euacua li vecchi escrementi; inuita l'huomo a ristorarsi di nuouo cibi, li quali quanto manco hanno in se del secco, rispetto al nutrimento passato; tanto più humettano il corpo, & impediscono la siccità che non venga, la quale anco tarda a venire, quando s'habita in luoghi alti, & aperti; perche tutti quelli che habitano simili luoghi (si come è stato anco detto da gli antichi) tardi s'inuechiano, & quelli che habitano li luoghi bassi, & paludosi, presto si fanno vecchi. Ha da usar diligenza di non patir nè fame, nè sete, quando naturalmente gli è venuta, perche ne sentirà il danno che si vede nel corame, il quale, mentre che si ferma al medesimo grado di foco, prima si scalda, & poi s'essicca, all'ultimo si fa tutto rugoso, & crespo. Così fa il calor nostro, ancor che sia il medesimo, il quale se starà troppo senza cibo, essicca il corpo, & fa che la vecchiezza se ne vien ben presto. Nè manco bisogna satiarsi di cibi; perche da tal pienezza l'huomo sente, o noioso caldo, o che si sente lo stomaco acido, o che fa rotti purzolenti, o che gli soprauenz vomito, o flusso di ventre; le quali cose o tutte, o parte essiccano, come si fa. Nè manco si deouono imitar quelli, che dicono esser bene a vomitar due volte al mese, perche il vomito è vn moto contra natura; il qual nuoce al petto, al ceruello, a gli occhi, & a denti; ne mai è utile & conueniente se non quando si mette in uso per qualche gran male o presente, o che presto habbia da venire.

È anco ben fatto, che li cibi, che si mangiano, siano più presto d'anima li gioueni, che vecchi: li pesci nelli luoghi doue son buoni, & doue vnueralmente si mangiano, & quelli che li mangiano, si mantengono sani; si deouono antiporre a tutti gli altri animali, pur che non ci sia qualche causa particolare, per la quale portino danno. Ma perche a Roma sono più spesso di danno, che d'utile, è bene a non mangiarne se non di rado. E anco da sapere che la carne de' quadrupedi giouani, è più sana, che quella de' uccelli, perche è più secca; & per questa ragione

L'utile che sente il vecchio quando ogni giorno ha il corpo lubrico.

Quelli che habitano li luoghi alti, tardi s'inuechiano.

Il vecchio non deue patir, nè fame, nè sete, quando naturalmente gli è venuta.

Et nota l'essempio del corame.

Il danno che sente il vecchio dalla troppa pienezza.

Come il consiglio di quelli che dicono esser bene a vomitar due volte il mese, non è buono; & per qual causa.

Il danno che seguita dal frequente vomito.

Quando il vomito si può metter in uso.

Come li cibi deouono esser d'animali giouani, & non vecchi.

Nota che li pesci son migliori de' gli altri cibi.

La carne delli quadrupedi è più sana che quella delli uccelli, & perche.

Il dāno che seguita da cibi duri, & secchi, & l'vtil che seguita dalli molli, & humid.

L'vtil che seguita dal pigliar spessò noui cibi. Per qual causa è più vtil mangiar due volte il giorno, ch'vna foia. Il dāno che seguita dal mangiar vna volta sola al giorno.

Nota il danno che portano li cibi fatti di farina nō fermentata.

Come il vecchio deue fuggir l'embriachezza, & per cne.

Come non si deue porre al foco dopo il cibo senza difenderli il capo. Et il dāno che seguita da questo disordine.

Come il vecchio non deue nè scriuer, nè legger, nè ragionar forte dopo il cibo, & manco dopo cena. Et il dāno che seguita da tale errore. Per qual causa il vecchio nō piglia sonno, o almeno il sonno è molto turbato.

Come all' hora nō deue drizzar il pensiero a cosa alcuna, & il danno che ne seguita.

Non deue il vecchio pigliar medicine, nè cuartir sangue, nè fare altre euacuazioni, & per qual causa.

anco gli ucelli giouani son migliori, che li vecchi. In somma non bisogna nutrirsi di cibi duri, secchi, & difficili da cuocere, ma di molli, humid, & facili a cuocere; perche questi, si come più facilmente si cuociono, così anco più presto si distribuiscono per il corpo, & li loro escrementi si cacciano fuori più facilmente. Onde ne seguita che, per consumarsi più presto, se ne piglia anco più spesso, & così di mano in mano dando il vecchio cibo luogo al nuouo, vien l'huomo più spesso ad humettarsi, & si difende dalla siccità, della quale ha tanta paura. Et per questo quasi tutti conoscono per esperienza, ch'è molto più utile mangiar due volte il giorno, ch'vna sola, purchè la natura non ne patisca; altrimenti pigliando il cibo vna volta sola al giorno, è necessario che si raddoppi l'aridità totalmente contraria alla longhezza della vita, non solo perche la putredine s'augmenta, & per questo il corpo anco più s'essicca, ma anco perche il ventre si fa stittico. Ha poi anco d'auuertire di non mangiar copia di quelli cibi, che si fanno di farina non fermentata; perche, oltre che si cuociono con grandissima difficoltà, generano anco succo, & poco, & molto denso, il quale è da pochissimo nutrimento, & che chiude gli orificij delle vene; da quello ne seguita gran debilità; da questo ne può spesso nascere vna subita morte. E' anco utile a fuggir l'embriachezza, la qual prima liquefa il corpo, & poi lo essicca. Ha anco d'auuertir di non porsi al foco così liberamente dopo il cibo, senza difenderli il capo, & tanto più, se sarà molto vecchio; perche il calor del foco attenua assai li vapori del cibo, & di quel che si bene, scalda, & empie il ceruello più, & più presto che non conuiene; onde subito ne seguita vn sonno simile a quello, che patiscono l'embriachi, per la confusione delli spiriti; per il quale poi accade che l'huomo casca subito in terra, & in qualche altro luogo, & si fa come apopletrico con il sudor freddo. Essendo poi a tutti di danno dopo il cibo, & scriuer, & legger, & ragionar forte, ne seguita molto peggio a i vecchi dopo cena, nel qual tempo non è anco senza pericolo drizzar il pensiero a cosa alcuna particolare, ancorche sia allegra; perche questi pensieri s'improntano nella mente del vecchio, come quello che mette troppa intentione alle cose; per la qual poi, & perde il sonno affatto, & se pur dorme, il sonno è molto trouagliato da quelli pensieri. Deue anco fuggir più che può, di pigliar medicine gagliarde, & spesse, & di farsi cauar sangue, & parimente procurerà di non prouocarsi spesso, & troppo sudore, nè di durar troppa fatica, nè manco di pigliar troppi fastidij; perche tutte queste cose diuertiscono la natura, & l'animo dal nutrimento, & lo fanno facile, & pronto a patir mali incurabili, & che vi habbia da seguir

seguir vna morte subitanea. Da questi mali, quando vi sono, si può il vecchio liberare, & con il beuer a tēpo debito vino puro, come di sopra habemo detto, & con il mutar luogo, poi che si come la varietà delli cibi incita l'huomo alla fame, ancorche habbia lo stomaco debole, & senz'appetito, così la varietà de' luoghi che si veggono, scioglie facilmente l'animo di colui che già è legato da molti fastidij: & se per sorte n'ha vn solo, lo diuertisce, & lo drizza altroue; poi che spesso accade che, restando nell'animo le imagini delle cose viste di poco, mentre che replicano vna, & più volte la memoria sua, perche sono nuoue, fanno che l'huomo si scorda dell'imagini passate. La regola poi che commanda a vecchi che spesso rendono l'orina, non si deue offeruare, ma più presto gli sarà utile a lubrificar il ventre, perche più spesso si fa stittico, come dice Hippocrate; prima, perche il render spesso l'orina fa il ventre stittico, & poi, perche la natura in certo modo vien ad esser sforzata a cacciar fuori per questa via più spesso, che non conuiene li humori utili al nutrimento del corpo; talche a questo modo l'huomo viene a farsi, & vecchio, & secco più presto che non si faria; perche si come li vecchi tirano con difficoltà, & malamente cuociono il nutrimento che passa per le vene; così fanno più spesso l'orina, & mandano fuori per quella via, più che non si deuria, il detto nutrimento. Et per questo se beuono del brodo di gallina, & simile altra beuanda, fanno l'orina, la qual euidentemente ha l'odore di quel che hanno beuuto. Et però se alcuno vorrà dar ogni giorno alli vecchi qualche cosa, che particolarmente prouochi l'orina, essendo già la natura inclinata a questo, è necessario che quella euacuazione si raddoppi, & che alcuni di quelli humori, che forse restano dentro, s'andino andati in nutrimento, si euacuinno fuori di tempo: & a questo modo con priuar il corpo del conueniente nutrimento, si affretta la siccità incurabile, che suol venir a vecchi. Nè manco è cosa utile, per prouocar l'orina a dargli il vino bianco, & potente, perche il fatto è altrimenti di quello che alcuni si pensano; anzi perche li vecchi son quasi sempre senza denti, & per tal causa mangiano poco, sarà forse bene a beuer vino di tal sorte, che faccia l'officio di cibo, & di beuanda, & per questo ha da esser rosso, & gagliardo, poiche altrimenti non si potriano mantenere. Ma poi tal sorte di vino è molto pericoloso a quelli che mangiano assai, perche passa presto per le vene, & empie, & satolla in vn subito le parti bisognose, & lascia il resto del cibo (ilqual è molto più che l'altro) nel ventriculo, come abbandonato dalla natura, doue acquistando maggior putredine produce vn ardore assai intenso, & fastidioso. Et per questo li decrepiti, che be-

Come si liberi il vecchio da questi mali.

Come la varietà de' luoghi libera l'huomo da fastidij.

Come le cose nuoue fanno scordar le cose passate. Come il render spesso l'orina nō è la na cosa alli vecchi & per qual causa.

Come il prouocar l'orina è di dāno alli vecchi.

Come il vino bianco, & potente non è vtile alli vecchi.

Come il vino rosso, & potente è la no a vecchi, che son senza denti; ma è poi mal sano a quelli che magiano assai.

Per qual causa li decrepiti sentono ardor di stomaco.

uono simil vino, sempre & di continuo si lamentano dell'ardor dello stomaco. Hanno di più li vecchi d'auuertir di non empirsi troppo di cibi lenti, & grossi, come sono lumache, cacio, anguilla, & tenca, & simili altri; perche chiudono l'orificio delle vene, per le quali passa il succo dal ventriculo all'altre parti, & non lassano nutrir il corpo. Parimente hanno da procurare che quello, che beuono, non sia troppo rinfrescato, o con la nue, o con qualche altro ingegno; poiche con reuerar spesso questa beuanda tanto fredda, se non in un subito, almeno pian piano resta estinto affatto il calor del vecchio, che già è molto debile; la qual cosa non s'auuertisce, perche comunemente gli huomini, pigliando con poca considerazione una causa per l'altra, & parimente ingannati dal desiderio di quel che tanto bramano, & vogliono; pensano che l'estinzione del suo calore venga non da questa, ma da qualch'altra causa.

Come li vecchi de uono fuggir li cibi lenti, & grossi, & qual danno, ne seguiti.

Come il vino molto rinfrescato è di danno a vecchi.

Come comunemente gli huomini s'ingannano in trouar la causa delli mali.

Il sale, & le cose salate non conuenir a vecchi.

Cap. VII.

È ANCO necessario schifar il troppo sale, & tutti li salumiz della quale opinione ancor che io sappia, che son molto biasmato da alcuni Medici, mi risoluo però di far più conto dell'utilità de gli huomini, che hauer paura delle ingiurie di costoro, fattemi a torto; il che ho voluto auuertir in questo luogo particularmente, acciò che quelli, che hanno da venir dopo noi, non s'ingannino, come hanno fatto questi per il passato, il che sarà con gran danno delli vecchi. Poi che costoro con la falsa interpretatione di Gal. nel quinto di conseruar la sanità, parlando del viuere de' vecchi, sono stati potentissima causa, che anco molti altri habbino grauemente errato; le parole di Gal. sono queste τὰ δὲ ταπεινὰ τῶν πάλαιων ἰσχυρὰ καὶ ἀσθενῶν ἀμείνω. le quali parole esū intèdomo a questo modo, cioè tutte le cose salate sono migliori, che le fresche; per le quali parole, tutti li Medici ch'io habbia conosciuto, o letto, giudicano con l'auttorità di Gal. che tutti li cibi salati sono molto più sani alli vecchi, che li freschi. Il che però è tanto lontano dalla mente di Gal. dall'esperienza, & dalla ragione, che il suo opposito è totalmente vero, cioè che le cose non salate son più sane a vecchi, che le salate. Poi che s'è vero, che tutte le cose salate essiccano, che facciamo mal habito, & causano prorito, alli quali mali tutti li vecchi sono inclinati, come dice Hippocrate nel terzo delli aphorismi, quale è colui (se non è pazzo) che habbia

Come li vecchi de uono schifar il sale, & li salumi. Et nota come alcuni Medici contraddicono a questa opinione.

Come la falsa interpretatione di Galeno è stata causa di questo errore.

Come costoro intendino le parole di Galeno.

Come la verità è che le cose non salate son più sane a vecchi che le salate. Il danno che portano li cibi salati a tutti.

habbia ardir d'affermare, che le carni salate sono più sane a vecchi, che le fresche? & tanto più, perche da l'uso di questi cibi li vecchi sentono ogni giorno danni notabili, come sono cattarri, tosse, difficoltà d'urina, & altri mali? Et a questo modo si conosce che la ragione, & l'esperienza è contraria all'opinione di costoro. Ma che questa non sia mente di Gal. colui che ha punto d'intelligenza della lingua Greca, conoscerà benissimo, che la parola ταπεινὰ τῶν πάλαιων non solo significa le cose salate, ma anco le cose conseruate. Tal che in questo luogo è tanto più ragionevole interpretar conseruate, che salate, quanto maggior, & più chiara corrispondenza hanno le cose fresche con le conseruate, che con le salate; & quanto maggior contrarietà hanno le cose vecchie con le nuoue, li cibi salati con quelli che non hanno sale, & con le cose insipide le quali s'oppongono con più ragione che non fanno le nuoue, con le salate. Poi che questa parola conseruate non si deue accomodar a tutte le cose, che si conseruano, perche gli oui freschi sono più conuenienti a li vecchi; che non son quelli che si conseruano per molti giorni; ma a quelli cibi soli, che, per esser conseruati il tempo conueniente, vengono a farsi più utili, & grati a vecchi, non solo per esser suauis al gusto, ma anco per esser più facili da digerire, che non sono li cibi noui, & freschi; & di tal sorte sono li fagiani, & le galline, quando son conseruate sin a certo tempo; perche hauendo li vecchi il calor, & li denti debili, & che gli mancano, le cose che da Gal. si chiamano conseruate, si deueno intender quelle che vulgarmente se dicono frolle, poi che tal sorte de' cibi son saporiti a vecchi, & più facili da sminuzzar, & da cuocere, che non son quelli che son freschi; & così si conosce che la mente di Gal. in questo luogo non è di antiporre per il viuere delli vecchi le cose salate, ma le cose conseruate, acciò che s'infrolliscano (che poi si chiamano frolle) alle fresche, le quali sono dure, & difficili da cuocere, & da sminuzzare. Et tanto basta sopra questa difficoltà. Hora torniamo al proposito nostro.

Qual danno in particolare portano li cibi salati alli vecchi.

Nota ben il puto, con il qual si risolve questa difficoltà.

Maggior corrispondenza hanno le cose fresche con le conseruate, che con le salate.

Come questa parola conseruate non s'accomoda a tutte le cose, che si conseruano.

Quali sono li cibi che per esser conseruati sono migliori.

Come li cibi che da Galeno si chiamano conseruati sono quelli che vulgarmente si chiamano frolle.

La vera esposizione di Galeno in questo fatto.

Di quelle cose, che giouano a vecchi.

Cap. VIII.

GIÒVA anco sommamente a vecchi non usar il coito, eccetto forse se se sentono molto, & spesso stimolati a questo, senza però esser spinti da alcuna causa esteriore; il che non accadendo, non lo deuono

Nota che il coito è di danno a vecchi, & quando pure si può usar senza danno.

Il dāno che seguita dal coito ne' vecchi.

Come si deuono temperar i fastidij ne' vecchi. Deue il vecchio pigliar più cibo che può, & fin' a qual termine deue farlo. Deue ogni giorno far quel' esercizio che può. L'vtil che nasce dall'esercizio ne' vecchi.

Il dāno che nasce dal non farsi esercizio da vecchi. Molte, & diuerse utilità che seguita no dall'esercizio.

Nota la causa, dal quale s' eccita la fame. L'vtil che porta il cibo copioso nel stomaco.

Come l'esercizio aiuta il cibo, & il cibo aiuta l'esercizio.

Ciò che s'ha da fare, quando non si può far esercizio.

deuono fare, poi che il coito non usato a tempo, consuma il miglior nutrimento dell'animale; per la qual cosa il calor naturale si consuma molto più presto, che non comporta l'ordine della natura.

Li fastidij dell'animo, quando sono continui, si deuono contemperar con l'intrometter qualche honorato trastullo. Deue il vecchio ogni giorno pigliar più cibo che può; purché però si cuocia bene nello stomaco, & si distribuiscia anco bene per il corpo. Et ambedue queste cose gli riusciranno, se sempre ogni giorno farà quell'esercizio, che potrà, poi che essendo il calor del vecchio debile, si fa anco più debile, se non è mosso, & svegliato dal frequente esercizio; & la facultà di tirar il nutrimento per il corpo, la quale ogni giorno vien meno, s'intorpidisce, se non è parimente svegliata da l'esercizio, per la qual cosa il vecchio è sforzato a pigliar manco cibo; & da questo poi assuefacendosi a non nutrirsi, ben presto si smagrisce, & si consuma. Per il contrario con l'esercizio, & massime fatto all'aperta, il capo, & il petto mirabilmente s'espurgano: con l'attrattione, & espulsione continua del nuouo aere, li spiriti si purificano più, si fanno più allegri, & più gagliardi; & appresso si euacuano le superfluità, che sono sotto la pelle, & fra poco, per quel moto, la carne sottoposta si gonfia, & gonfiata tira dalle parti vicine, & queste da le altre, & così di mano in mano tanto, che l'attrattione arriuu allo stomaco, alla cui giunta s' eccita la fame; per la qual cosa poi si piglia il cibo, il quale se sarà assai copioso, pur che non sia troppo, inalza il corpo dello stomaco, & fa star aperti li orificij delle vene, li quali, ancor che non siano ben' aperti, & che la virtù attrattiuu del vecchio sia alquanto debole; nondimeno per essersi alquanto più dilatati, & l'humore, che inui si troua, fatto alquanto più sottile, passa più facilmente, & di più è tirato meglio dai membri, per esser già in gran parte euacuati per l'esercizio fatto da prima, & appresso si distribuiscia largamente per tutto'l corpo. Onde ne seguita poi che il corpo del vecchio si mantien sano, vigoroso, & forte. Et a questo modo l'esercizio aiuta il cibo, & il cibo aiuta l'esercizio, come se fosse vn circolo. Talmente che il mangiar bene, & far molto esercizio non solo è di giouamento a prolongar la vecchiezza, ma ancora a conseruar la sanità, come se l'vno fusse causa dell'altro, & l'altro dell'vno; poi che se faremo grand'esercizio, giouerà a mangiar bene, & se mangieremo bene, potremo ancora far grand'esercizio. Ma se per qualche impedimento necessario, non potremo far esercizio, in luogo suo usaremo le fregagioni inanzi il cibo, rotonde, breui, & mediocri;

mediocri; poi che si come li corpi, che si riposano facilmente, si corrompono, & quelli che si mouono, si mantengono meglio, come si conosce chiaramente con l'esempio dell'acqua che corre, & che si ferma; perche questa quasi subito si putrefa, & quell'altra corre di continuo netta, & sincera; così il vecchio se starà in continua quiete, & non si moua, essendo la vecchiezza spetie di putredine, con aggiunger putredine a putredine, si putrefarà ancora più, & insieme ancora s'essiccherà fuor di modo. Ma se farà esercizio conueniente, si conseruarà sano più lungo tempo.

E' anco di grand'utile a dormir la notte; & se questo non si può fare, almeno star a riposo con gli occhi chiusi per il spatio di noue hore, acciò che il corpo, che di natura sua è inclinato ad essiccarsi, con il riposo, ò in qualche parte s'humetti, ò almeno patisca manco risoluzione: perciò che il sonno, che dura il debito tempo, si come gioua mirabilmente alli fanciulli, così gioua ancor a vecchi, a quelli gioua, perche gli suministra l'augumento; a questi poi, perche gli leua la causa del sminuirsi. Talmente che, si come l'huomo può prouocar il sonno senza danno, così può ancora far esercizio, pur che però ne seguiti strachezza senza debilità, poi che anco da questo si prouoca il sonno. Dopo cena sarà bene a pigliar ouero vn poco d'aniso dolce, ouero cinque, ò sette mandole dette ambrosine. Ne in questo caso mi piace la lattuca per prouocar il sonno, per esser molto pericolosa a vecchi (con tutto che gli altri tanto la lodino) poi che, oltre che è freddissima inanzi che habbia il succo (si come dice Hippocrate, ò altro Autor antico) è anco causa di notabil debilità al corpo; & ambedue queste cose sono molto contrarie a vecchi. Il dormir loro non deue essere nelle camere fatte in volta, perche non riceuono l'humido, che vi entra, nel modo, che lo riceuono le Camere fatte con le tauole; tal che resta di dentro, ò in mezzo, ò in qual che altro luogo, saluo se sono coperte di tauole di stoffe, ò di panni, ò di qualche altra simile materia, poi che, non essendo l'humore, che inui è entrato, consumato, nè tirato da muri di quella camera, è necessario, che sia tirato per via della respirazione da colui, che inui dorme, perche di continuo tira aere a se. Onde ne seguita che li spiriti suoi si fanno più grossi, & più densi, & il capo anco s'empie fuor di modo. Ma queste cose, & molte altre peggiori, che nascono da questi errori, non s'auuertiscono, perche non seguita danno alcuno euidentemente in vna notte sola, ma in molte, & molte volte. Del giorno poi deue di continuo star svegliato, eccetto quando è solito a dormire, & più spesso star

Come l'acqua che si ferma, si corrompe, & quella che si moue, si conserua. Il danno che seguita al vecchio, se starà in continua quiete.

L'vtil che seguita dall'esercizio.

Deue il vecchio dormir di notte; & ciò che ha da far non potendo dormire.

La differenza con laqual il sonno gioua a vecchi, & a giouani.

Come dall'esercizio si prouoca il sonno.

Ciò che ha da pigliar il vecchio dopo cena.

Nota che la lattuca è pericolosa a vecchi, & come.

Come il vecchio non deue dormir nelle camere fatte in volta, & perche

Come le camere federate sono più sane, che quelle che son nude, & perche.

Nota il danno che sente quello, che dorme nelle camere nude. Il danno che non seguita subito, non s'auuertisce.

Deue il vecchio
star più presto in
piedi, che a sedere;
& perche.

star in piedi, & mouersi, che riposarsi, & sedere; acciò che con il non dormire, & con l'essercitio le superfluità che abbondano principalmente nel vecchio, parte si consumino, & parte si caccino fuori più facilmente per li meati della pelle, & per altre vie. Et questo è molto necessario a dar forza, & a prolongar la vecchiezza, come di sopra hauemo detto.

Come l'huomo p
tratta la vita in fin
dall'infanzia si de
ue guardar da gli
errori.

In somma sarei d'opinione, che l'huomo si sforzasse, incominciando dalla giouentù, anzi se fusse possibile, ancora da l'infanzia, & passando per tutte le altre età, di non commetter mai (quanto è possibile) alcun errore, per il qual, o l'animo, o il corpo habbia da patire alcuno eccesso. Perciò che, si come si vede, che li sassi, ancor che siano durissimi, al lungo andar, & con il tempo quasi come che se s'invecchiassero, spontaneamente si frustano, & si rompono da quella parte principalmete, doue son stati posti in opera, o che son stati stretti con qualche ferramenti, o altri instrumenti; così la natura scopre al fine nella vecchiezza li graui errori fatti nell'età passate, come se fossero piaghe profonde.

Nota l'effempio
de sassi.

Se alcuno offeruarà con diligenza queste & simili altre regole, non potrà già fuggir che non moia; ma, si come potrà al sicuro passar la vita assai più gagliardamente, che molti altri non habbiano fatto per il passato, & anco prolongarla più inanzi di quello che si veda hoggidì in effetto; così quando gli sarà riuscito, & l'uno, & l'altro, se ne rallegrerà sommamente, conoscendo d'esser stato tanto fortunato. Il vecchio poi, il qual, per non hauer denti, non può mangiar assai, perche l'età sua non si può allongar molto, quando viue troppo sobriamente: se il capo è forte, a pasto non beuerà acqua, nè vino adacquato, nè manco vino piccollo, che non comporti acqua, ma potente, & puro; acciò che quello, che manca per la pochezza del cibo, si supplisca con la bontà del vino.

Come nella vecchiezza si scoprono gli errori fatti nell'età passate. Come per queste regole non si può fuggir la morte, ma si viue più lungo tempo, & in più sanità.

Qual vino deue
beuer il vecchio,
che non ha denti.

Quello che ha da
far il vecchio, qua
do si sente vn do
lor infondo al pet
to.

Se poi anco hauesse denti, gli conuerrà con diligenza offeruare, se nel fianco dritto a canto all'osso di mezzo il petto, sente o grauezza, o puntura, o qualch'altra molestia simile alla morsicatura; perche subito che sente tal cosa, ha da pensar molto bene a quello, che ha mangiato fuori del solito, o contra il solito, & quanto ne ha mangiato, & si guarderà nell'auenire di non mangiarne più, & anco di mangiar manco dell'altro cibo; ma più presto beuerà alquanto più, acciò che il nuouo humore si possa mescolare con quella materia, che già è corrotta.

Nota l'opinion va
na d'alcuni Medici
per allongar la
vita.

In questo luogo non posso mancare ch'io non dica, che alcuni Medici son d'opinione, che tra li principali rimedij di prolongar la vecchiezza, è la carne di ceruo, perche viue lungo tempo; il sangue humano stillato,

per-

perchè è molto simile alla natura humana; li pignoli, perche con la sua lèta pinguedine somètano, & ristorano l'humido naturale; & così l'oro portabile, la carne, & il sale della vipera, la Teriaca, & simili altre cose. Ma credo che siano in errore, perche questa opinione non è fondata in alcuna esperienza, persuadendosi di prometter, & di prouar tal cosa prima che ne habbiano fatto alcuna proua. Et perche scriueuano le sue opere a complacenza di diuersi Principi, mi pare che l'giusto haueria voluto, ch'essi, d'ordine di quelli Principi, hauessero fatto la proua in se stessi di tali medicamenti, prima che li proponessero ad altri; perche se così hauessero fatto, credo certo che non haueriano mai posto in scritto tali precetti, perche con il metter in uso questa sorte di medicamenti, sariano morti prima ch'hauessero potuto consegir alcuno di quelli effetti, che essi vanamente sperauano. Perciò che alcuni di questi rimedij sono totalmente vani, alcuni sono pericolosi. Tra li vani è la carne di ceruo, il sangue humano, & li pignoli. Ne so per qual ragione questi non habbiano proposto anco il latte humano, la carne di coruo, & di altri animali con il sangue suo, che viuono lungo tempo, & le mandole dolci; oltra che il sangue humano ha virtù molto differente, mentre ch'è nel corpo, da quella, che acquista quando è preso per bocca: parimente li pignoli, essendo di succo grosso, & copioso, & difficili da cuocere, se pur ristorano l'humido naturale, cosa che appresso a me è dubbiosa, lo ristorano almeno con grandissima fatica, & tutto quel, che si fa con fatica, non può esser per inclinatione naturale, talche li pignoli non potranno far l'effetto, che si dice; di modo che essendo l'humido naturale mantenuto per l'alimento, quanto più di bona natura, & più simile all'huomo sarà l'alimento, come è quello che si piglia dalle buone carni, & dalli oui, tanto meglio che li pignoli, ristorarà, & conforterà l'humido naturale. Oltra di ciò quanto più sono differenti dalla natura dell'huomo, & si cuociono nello stomaco con più difficoltà, tanto manco de gli altri infiniti cibi potranno ristorar l'humido naturale. Lasso per hora da canto che son della natura di resina, & inducono nel ventriculo caldo grande, come fanno anco le mandole dolci. Ma se per vn pezzo saranno infusi nell'acqua (come alcuni vogliono) lassano del tutto la virtù abstergente, con la quale portano graz giouamento, & con la quale consumano gli humori acquosi. Ma queste cose son vane, & di nissuno valore.

Tra li medicamenti pericolosi è l'oro portabile, perche l'huomo non può cuocer l'oro, & con la sua grauità, & massime essendo preso spesso, preme talmente il fondo dello stomaco verso le parti d'abbasso, che lo fa quasi

Come alcuni Medici antichi scriueuano a complacenza de Principi. Et ciò che gli conueueua fare.

Questi rimedij alcuni son vani, alcuni pericolosi, vani son la carne di ceruo, il sangue humano, & li pignoli, & perche.

Nota che li pignoli, o non ristorano l'humido naturale, o lo ristorano con fatica; talche l'autor conclude che non sono tanto vani, come si crede.

Nota vn'altra ragione contra li pignoli.

Li rimedij pericolosi sono l'oro portabile, & per qual causa.

Il dāno che porta l'oro allo stomaco. Nota che le carni di vipera son pericoli.

In qual modo le carni di vipera portano danno. Nota che la Teriaca è periculosa, & di danno.

In qual modo la Teriaca porta danno.

una sentina, & ricetto di tutti gli escrementi, alche con il tempo ne seguita notabile putredine, & difficil da leuare. Sono anco pericolose le carni di vipera, perche oltre che il loro uso continuo fa diuenir l'huomo cieco, affrettano ancora la vecchiezza inanzi al tempo, & all'ultimo causano la morte, poiche mentre che inalzano, & gonfiano il corpo humano con il suo veneno, non lassano intanto che l'huomo pigli bene il solito nutrimento. La teriaca poi, se spesso sarà presa, nessuno si può assicurare che non gli sia di danno, come quella che spesso confonde l'intelletto all'huomo, & per molti simplici, con li quali si compone, che sogliono empire il capo, & anco per li trocisci fatti di carne di vipera. Talche quando spesso si prende, prima fa l'huomo come embriaco, poi pien di sonno, & poi gli leua affatto il sonno; all'ultimo lo fa impazzire; ma di questo parlaremo vn'altra volta. Sin qui hauemo trattato del modo di conseruare, & prolongar la vita, resta che per più compiuta dichiarazione delle cose dette, discorriamo alquanto di nuouo, & breuemente sopra l'aere, sopra il moto, & la quiete, sopra l'mangiar, & il beuere, & sopra tutte quelle cose, che son chiamate da Medici non naturali; oltre di questo vi aggiungeremo alcuni particolari, li quali, se ben sono molto più communi, che quelli che risguardano particolarmente gli huomini che habitano questa Città; nondimeno perche giouano infinitamente anco a questi, & noi hauemo offeruato l'istesse cose in questa Città; con buona gratia di quelli, che hanno da legger il presente libro, scriueremo breuissimamente ancor questo.

Dell'aere, in quanto che li Medici lo mettono tra vna delle sei cose non naturali.

Cap. I X.

Doùe è il miglior aere di Roma.

Il sito che guarda verso Tramontana è il miglior di tutti. Come l'aere sano si fa mal sano.

IL miglior aere adunque che sia in Roma (pur che non vi sia qualche sito particolare che resista a questa regola) è quello che si troua ne' moti, ò nella parte più alta delle case, & che è percosso da ogni banda da venti, & che in particolare risguarda verso tramontana, & per via libera, talche possa quel vento passar verso mezzo giorno senza difficoltà; perche se sarà chiuso, & che non possa passar liberamente, ancor che sia di sua natura sano, con il tempo si corrompe, & si fa mal sano; eccetto però se sarà spesso percosso, & illustrato dal sole, poi che la presenza

senza del sole rinoua, & purifica in ogni luogo, l'aere. Per il contrario quando l'aere passa da vn luogo all'altro, si fa più puro, & più sottile, empie manco il capo, fa il corpo più leggiere, non causa vertigine, nè sfordimento d'orecchie, nè manco fa il corpo pigro, ò stracco. Quello che si parte dall'alto, quanto più viene al basso, tanto più si fa cattiuo, & con la sua densità, & grossezza, muoue, & accresce tutti li sudetti mali. Et per questo ancora, l'aere caliginoso quādo vā al basso, noce fuor di modo, come quello che leua la virtù dell'udito, empie il capo, causa vertigine, & catarri; poi che in questa Città l'aere, che si troua ne' luoghi bassi, si fa quasi tutto simile al vento Austro, & quello che stā nelle parti più alte, si fa parimente simile alla Tramontana, talche quanto più la Tramontana è differente dall'Austro in bontà, tanto miglior è l'aere di sopra in questa Città di quello da basso. Vi aggiungo, che, si come ne' luoghi alti l'aere di continuo si moue per il vento che spira d'ogni intorno, così ne' luoghi caui, & bassi sta fermo. Et già si sa, che le cose, che si riposano, facilmente si putrefanno, & quelle che si mouono, patiscono ò poco, ò niente tal alteratione, come si vede nell'acqua che corre, & in quella, che è chiusa. Però, poi che l'aere ne' luoghi alti è più sano, che ne' bassi, è manifesto che li alti sono molto migliori, che quelli che sono a terra. Et però è cosa mal sana a Roma habitare li luoghi terreni, si perche iui l'aere è più grosso, si anco perche la terra è molto humida; & per la medesima ragione ancora è molto mal sano habitare nelle stanze vicine alli horti alti, li quali fanno il medesimo effetto, che la terra. L'aere della sera è più pericoloso l'Inuernata, che l'Estate, perche, essendo più freddo, & più denso, empie fuor di modo il capo, & il petto; & appressò suol causare obstruttioni, catarri, tossi. Ma se il cielo sarà coperto di nuuole, ò che minacci pioggia con freddo, è sempre molto più cattiuo, tanto d'Inuerno, quanto d'Estate; ma d'Estate in particolare è sempre tanto più cattiuo a canto al Teuere, quanto che si fa maggiore, & più subita mutatione dall'aere caldo, & raro, a quello che già è fatto grosso, & freddo, per li densi, & freddi vapori nati dal fiume, & massime quando troua li corpi quasi nudi, ò almeno con pochissime vesti; nel qual tempo accade, che hora gli occhi, hora le orecchie per l'alteratione che patiscono dalla densità, & grossezza di questo aere, corrono qualche volta pericolo, quelli di farsi ciechi, & queste di farsi sorde. Oltre di questo l'aere della sera l'Inuernata, & quello della mattina l'Estate, per il troppo gran freddo, noce a quelli, che sono feriti in testa, se a quell' hora saranno medicati, più che d'ogni altra hora. Et se occorre, che l'huomo nell'uscir d'una stanza ben calda, s'esponga

L'utile che porta l'aere, che passa da vn loco all'altro.

Come l'aere che scende, è di dāno.

Il danno che porta l'aere caliginoso.

L'aere ne' luoghi bassi è simile all'Austro, & ne' gli alti, è simile alla Tramontana.

L'aere ne' luoghi bassi stā forte, & ne' gli alti si moue, & perciò è più sano.

L'habitare ne' luoghi terreni a Roma è mal sano, & per qual causa.

Le stanze vicine alli horti alti son mal sane. L'aere della sera è più pericoloso l'Inuerno, che l'Estate, & il danno che porta.

L'aere vicino al Teuere è più cattiuo che l'altro.

Quando gli occhi, & l'orecchie corrono maggior pericolo.

L'aere della sera l'Inuernata, & del la mattina l'Estate noce alle ferite di testa.

Il dano che seguita dall'uscir da luoghi chiusi nell'aere freddo.

Ciò che ha da far l'huomo per difenderci da questi mali.

Non deue l'huomo parlar troppo, ne correr in questa hora, & perche. Come l'Estare bisogna guardarsi dal freddo della mattina, & della sera, & dal vento leggiero a canto al fiume.

Come bisogna guardarsi dal sole quando il cielo è mezzo coperto di nuuole, & perche. Bisogna fuggir il caldo d'Estate, massime dopo che ha beuto vino, & la Luna d'Inuerno massime inanzi la congiuntione con il sole.

Come l'Estate l'aere resta caldo, quando non spira vento, & è sereno fin'a gran parte della notte.

Non deue alcuno andar in volta all' hora.

Li mali che seguitano per andar in volta all' hora.

Come in quel tempo l'aere dellamattina è molto sano & piaceuole.

Quando l'aere della sera è sano l'Estate.

all'aere freddo in questo tempo, se gli chiudono li meati della pelle già troppo dilatati per il primo caldo. Onde poi ne seguita gran lesione del ceruello, & del polmone, & molti altri mali, che sogliono seguir da questa causa, tra quali è il catarro principalmente. Da quali mali se alcuno si vorrà difendere, sarà necessario, che prima che esca ne luoghi aperti, si fermi in vn' altro luogo, sin tanto che la pelle pian piano raffreddata ritornar al suo primo stato. Nell'uscir poi, perche il petto, & il capo saranno ancora caldi, s'auuertirà di non correre, nè di parlar troppo, ma procederà lentamente, & tacitamente, acciò che questi membri non tirino a se troppo aere freddo. Et si come al tempo dell'Estate bisogna con diligenza offeruare il freddo della mattina, & massime inanzi che leui il sole, & della sera, dopò ch'è tramontato, & il vento leggiero, ch'è a canto al fiume, così di giorno, quando è nebbia, & che qualche volta si vede il sole, non bisogna fidarsi di quel tempo, il quale, per esser hor caldo, hor freddo (come di sopra hauemo detto) è la potissima causa in questa Città di generar catarri, & distillationis; così ancora bisogna fuggir il caldo d'Estate, & tanto più dopò pasto, nel qual habbia beuto vino; & la Luna d'Inuerno, massime inanzi la congiuntion sua con il sole. Tal che se alcuno temerà di star al sole, o inanzi, o dopò il cibo, se vorrà mangiar cibi solidi in grande abbondanza, sarà bene che costui beua acqua, & lasi il vino; poi che la copia del cibo con il caldo del sole empie bene il capo; ma congiunta con il vino, non solo è causa di gran dolore di testa, ma qualche volta ancor di febre.

Anzi l'Estate se tutto il giorno sarà sereno, & che non spiri vento, perche l'aere non si può rinfrescare così presto, ancor che il sole tramonti, ma per la sua grossezza, & densità, con la giunta anco delli vapori, che si leuano dalla terra quasi bollente, ritiene il caldo, fin che la notte comincia a declinare; non deue alcuno, se non è più che sforzato, andar per la Città con animo di pigliar qualche recreatione (come si suol fare) nè manco fuori per li luoghi vicini nè a piedi, nè a cavallo, non solo, perche in quel tempo non si può pigliar alcun piacere; ma ancora perche da questo essercitio ne seguita spesso strettezza di petto, vertigine, difficoltà di respirare, & simili altri mali; & massime a quelli, che sono soliti a patirli. Ma nel spuntar dell'Aurora, perche il caldo fastidioso s'è partito, & in suo luogo è succeduto il fresco, l'aere, si come prima era molesto, così si fa suauo, & giocondo. Il medesimo sarà ancora la sera, se spirerà qualche vento piaceuole, come è Ponente, o Maestro; poi che all' hora l'aere non può esser se non sano.

fano. Bisogna anco sapere, che quando le case hanno le fenestre, che si risguardano di rimpetto l'una all'altra, o che quello aspetto sia da Tramontana a mezzo giorno, o da Levante a Ponente; sarà utile, quando l'huomo si veste, dopò che il sole è leuato, se si fermerà alquanto ad vna di quelle fenestre, che risguardino, o verso Tramontana, o verso Ponente, con auuertir però, che le altre siano chiuse, poi che a questo modo, hauendo in quell' hora aperti tutti li meati, tirerà a se l'aere più puro.

Quando poi non soffia vento alcuno, l'aere della villa, & delle vigna è sempre più pericoloso, che quello della Città; perche in quelli luoghi è sempre denso, grosso, & come acqua di paludi; questo si purga da fuochi delle case, da suoni delle campane; si rompe, & s'assottiglia dalla frequenza de gli huomini, de i canalli, & de gli altri animali. Ma l'Estate se Aquilone, o Ponente spirerà, ancor che l'aere delle vigna non sia mal sano, suole però spesso nuocere, perche gli huomini mutano la consuetudine del viuere in ogni cosa. Et prima s'espungono al sole fuor di tempo, fanno molte cose fuori del consueto, mangiano, & beuono assai, & cibi insoliti, & anco fuor di stagione; la sera nel tramontar del sole cenano a lo scoperto, & dopò cena, ancor che sudino, passeggiano per la vigna, & poi se ne ritornano a casa; & a questo modo non è l'aere che gli nocia, ma sono quelli disordini, che fanno. Ma in qualunque tempo dell'anno regnarà l'Aquilone, il giorno seguente sarà sempre più sano, & più sicuro, che quello, nel quale regnarà la Tramontana; ma quando sarà, o nuuoloso, o caliginoso, sarà bene, o lassar del tutto l'vino, o beuerlo molto ben adacquato; poi che l'aere grosso genera nel ceruello li spiriti egualmente grossi, & appresso li conturba, & empie il capo, & il vino con il suo uapore accresse tutti questi mali.

Bisogna anco all'estate schifar li luoghi maritimi, che sono vicini a Roma, com'è Ostia, Porto, la Magliana, Palo, Ciuitauocchia; perche l'aria di quelli luoghi grasso, denso, & caldo, empie fuori di modo il capo di quelli, che all' hora vi vanno, circondandoli spesso la testa d'vn dolore, che passa dall'vn' orecchia all'altra, per il fronte, & per la parte di dietro, onde spesso ne seguita la febbre, & qualche volta ancor pericolo di morte: la causa poi della grossezza, & della densità di quell'aria, procede dalla vicinità del Mare, il quale stendendosi in quella gran pianura, fin' all'ultima sua superficie, penetra in abbondanza grande sotto terra, & con essa si mescola, onde poi l'aria, che ne riesce, è tanta più cattiuo, quanto che la mistura del Mare, & della terra è più grossa.

Quando l'huomo nel vestirsi la mattina deue star alle fenestre, & in qual modo, & qual vtile ne seguita.

Quando l'aere delle vigna è più pericoloso, che quello della Città, & perche.

In qual modo l'aere della Città si purifica, & si fa più sano.

In qual modo l'aere delle vigna nuoce, & si fa mal sano. Et nota gl'errori che si fanno alle vigna.

Come l'aere delle vigna non nocce, ma li disordini, che iui si fanno.

Quando si deue lassar il vino, o beuerlo be' adacquato.

In qual modo il vino nuoce in questo caso.

Quali sono li luoghi maritimi, che s'hano da schifar l'Estate.

L'effetto cattiuo che fa l'aria di questi luoghi in tal tempo.

Nota onde procede la causa della densità di quell'aria.

Per qual caufatutta quella terra è fempre humida.

Nota la caufa perche a Napoli, & a Genoua nò è cattiuo acre all'Estate.

Quando ilfole può eleuar li vapori ma non rifoluerli.

Per qual caufa l'aria in quelle parti è fempre densa, & graue.

Per qual caufa l'aria baffa quando è calda, fcalda più che l'alta.

Per qual caufa nelle regioni fettrionali non può effer di tato dano.

Come l'inuernata l'aria in quelli luoghi nò è tanto pe ricolosa. Il bono effetto che fa il freddo in questo cafo.

fa, per la qual cosa tutta quella terra, ò poco manco, è fempre humida, & quasi simile ad una palude, poi che in quello paese, poco sotto di terra, non ci è la giara, come indurata dalla calce, a guisa di pezzi di pietre, incolati insieme, ò simil materia, che prohibisca, che il mare non vi entri, come si troua nella maggior parte dei luoghi vicini al mare, nè manco vi sono monti alcuni, li quali con gran larghezza, resistano al mare, che non vi entri, come si vede a Genoa, & a Napoli, doue li monti vicini posti all'incontro, con le sue radici, impediscono quello gran pelago, che non penetri dentro vn pezzo sotto terra, tal che essendo quel terreno tanto mollificato dalle acque del mare, che sotto terra si fermano, & non possono scorrere quà, & là, come fa il Mare nel fluffo, & rifluffo, ma iui di continuo si fermano, & si mescolano con la terra, & quasi si corrompono, dai quali può bene il sole eleuare, & tirar in alto molti vapori, ma poi non li può, nè risoluer, nè manco purificare, perche tanta è la copia dell'acqua del Mare, che di continuo corre, & moltiplica, che quanto più vapori si leuano, tanto più materia di generarne, vi nasce: per la qual cosa cascando così facilmente per la sua densità, a terra, non è poi marauiglia, se, cascandosi adosso l'vno, all'altro, si condensano più, s'ingrossano più, & finalmente si fanno più graui, & non solo son graui, perche nascano da terra, ma anco, poi che son saliti in alto, non si possono purificare, & a pena saliti da terra, quasi subito di nouo cascano, comprimono se stessi, & si condensano, onde poi l'aria è fempre densa, grossa, & graue, eccetto quando è mossa, & risoluita da qualche vento, come accade all'acqua, ancor che sia sottile, quando, si ferma lungo tempo in vn'vaso, le parti di sopra cacciano fempre abbasso, & condensano le parti di sotto. L'aria adunque che è di tal natura, perche nei luoghi bassi, quasi mai si moue, se si scalda a giusa di ferro affocato, che più ritiene il fuoco, chela stoppa, scalda più forte, & tanto, che quasi soffoca le persone, & produce, nell'huomo tutti quelli mali, de quali hauemo ragionato.

Ma nelle regioni settentrionali, & altri simili paesi, non può effer di tanto danno, perche per la distantia del sole, & la riflessione de i raggi obliqui, ò non si può tanto scaldare, che possa poi riscaldar altri, ouero agitata, & tranagliata qua, & là da i venti gagliardi, fatta di continuo nuoua mutatione dell'aria, che così presto uà, & viene, non può ricouer la impressione del caldo: l'inuernata poi è tanto manco pericolosa, quanto più ha seco congiunto il freddo, poi che il freddo, si come si oppone al caldo, così con la sua virtù contraria prohibisce,

bisce, che non si faccia nè putredine, nè gli altri mali, c' hauemo detto.

Ma l'Aquilone, quando spira, & massime se è piaceuole, è fempre sano, & di diletto, sano, perche purifica l'aria, di diletto, perche essendo priuo dell'asprezza del freddo, per la natura del luogo, che è caldo, porta anco di sua natura serenità.

Et perche le acque che nascono in quelli luoghi, sono crude, & quelle, che prima cascate dal cielo, si conseruano nelle cisterne, quasi di necessità rappresentano la natura, dell'aria densa, & grossa, doue nascono, sarà utile a coloro, che l'inuernata, ò per spaffo, ò per negotij vanno in quelle bande, di farsi condurre appresso qualche altra acqua buona, che beuer nissuna sorte di quelle, poi che se quell'aria è cattua, non è di manco danno, il lungo uso delle acque, che iui si trouano, le quali oppilano, & gonfiano il fegato, & la milza, & sono causa di disenterie, & altri flussi, & hemorroidi, fanno perdere a gli huomini il suo color naturale, qualche volta gli fanno smagrir nel collo, ne i bracci, & nella faccia. Nel mezzo dell'estate poi, perche molti desiderano di vscir di Roma, giudico, che, se li luoghi doue vanno, sono simili a quelli di Roma, & anco migliori, poco importa l'andarui, pur che il viaggio sia poco, nel quale l'huomo non s'habbia da straccare, ma se il viaggio sarà lungo, come da Roma a Napoli, & da Napoli a Roma, è molto d'importanza, perche da questo ne nasce spesso qualche infirmità, & alle volte la morte, nè però si può con ragione dire che tal cosa venga per la mutatione del luogo, nè dell'aria, perche qualche volta si passa da vn'buono, in vn' migliore, ma per la stracchezza, & fatica di colui, che fa il viaggio, il quale, caminando quattro, ò cinque giorni continui, quanto più si affretta, tanto manco dorme, & con maggior incommodo mangia mattina, & sera, & molto più si scalda, dalle quali cose, ne seguita indigestione, sete frequente, & densa respiratione, & poi essendo il luogo, doue si arriua, ò tanto, ò poco men caldo di quello, onde s'è partito, con la stracchezza, & respiratione di prima, con la longezza del viaggio, con la velocità, & frequentia del moto, si radoppia la strettezza nelli polmoni, si augumenta la sete, si beue fuori di modo, non si dorme, non si fa buona concottione, & da tutte queste cause, ne seguono poi li mali, le febrì, & qualche volta la morte, & per questo la maggior parte tiene, che se alcuno passa da Roma a Napoli, ò da Napoli a Roma, per Mare, non corre, in quanto a questo, alcun pericolo di vità, & così non si può dir, che l'huomo corra pericolo di morir, nè d'amalarfi per la mutatione dell'aria, nè del luogo, ma per l'incommodità

In qual modo l'Aquilone in quelli luoghi è fempre sano, & piaceuole

Come le acque di quelli luoghi sono crude.

Il danno che portano quelle acque

Ciò che s'ha da far nell'vscir di Roma l'estate.

Come l'estate nò si deue far lungo viaggio, ancor che il luogo doue si va sia migliore.

Onde nascano li danni di tal mutatione.

Li mali che seguitano da questa mutatione.

Per qual caufa andando da Roma a Napoli, ò da Napoli a Roma per mare, non si corra pericolo per conto di questo. Quando la mutatione dell'aria nò è pericolosa.

dità che porta il lungo viaggio, & il faticoso, & veloce moto, che si fa.

Et benchè di sopra habbia trattato delli tempi dell'anno, delle sue stagioni, & de i venti, nondimeno mi pare molto a proposito replicar breuemente alcuni particolari, sopra le medesime cose in quanto c'hanno, rispetto all'aria, e però bisogna saper, che in questa Città, come anco è nelli altri luoghi, la primavera è la più salubre stagione dell'anno, poi seguita l'inuernata, l'estate è assai pericolosa, & massime se sarà più calda del solito. Onde molti di quelli che sono di contraria opinione sono in grande errore, perche, se bene l'estate, & massime più calda del solito l'huomo bene assai, & poi non dorme il suo douere, & da questo ne nasce indigestione, dall'indigestione, seguita la putrefattione, & poi la febbre, con tutto questo però l'Autunno è molto più pericoloso, perche quasi sempre di giorno fa gran caldo, la sera, & la mattina, & di notte, freddo, tal che il corpo rilassato dal caldo dell'estate, & da quello di mezzo giorno, in quello tempo è assaltato dal subito freddo, onde poi nell'Autunno molti se ne moiono: & si come questi mali accadono più in questo, che in ogni altro tempo, così queste stagioni, quando accadono, son sempre di danno, tal che le stagioni uguali son sempre le migliori che possono esser, ò fredde, ò calde che siano, & peggiori son quelle, c'hanno in se grandissima varietà.

Quando adunque i tempi sono uguali, li giorni sereni sono soauissimi così bene per causa dell'aria, come per causa de' venti, eccetto se non fossero (come hauemo detto auanti) Austrini: dei giorni pluuiosi, quelli che portano freddo, sono migliori di quelli, che sono solamente, ò nebiosi, ò nubilosi, & ottimi son nell'inuerno quelli, che in tutto sono priuati di venti, & nell'estate quelli ne i quali spira ponente: se spirara altra sorte di vento, li settentrionali saranno più salubri delli orientali, & delli meridionali; finalmente non è da lassare, che nell'estate regnando l'Austro, sono più sani i luoghi esposti al settentrione, & nell'inuerno, spirando venti Aquilonari, li luoghi esposti al mezzo giorno, questo basti dell'aria.

La primavera è la più salubre stagione dell'anno, & poi l'inuernata. L'estate è pericolosa, & quando. Li dani che seguitano l'estate per il caldo.

L'Autunno è più pericoloso di tutti li tempi, & perche.

Le stagioni uguali sono sempre migliori, le peggiori sono le disuguali.

Quando li giorni sereni sono iouissimi.

Li giorni pluuiosi, che portano freddo sono migliori de gli altri.

Quali giorni sono migliori l'inuernata, & quali sono migliori l'estate.

Quali venti sono più sani.

Quali luoghi sono più sani l'estate, & quali d'inuernata.

Nota che per moto, si intende solamente il moto locale.

VOLENDO noi in questo luogo parlar del moto bisogna saper, che per questa parola moto, non s'intende ogni sorte di moto, ma solamente il moto locale, oltre di questo escludendo tutti gli altri moti

Del moto, & del riposo. Cap. X.

moti locali, s'intende solo l'esercitio, che fa l'huomo per via del moto locale, & di più, che tal'esercitio non sia eccessiuo, (come vsauano gli antichi, in quelli exercitij chiamati Gymnastici) ma moderato. Per il riposo poi contrario al moto, non s'intende ogni sorte di riposo del corpo in qualche luogo, ma solamente di restar di far l'esercitio, del qual di sopra ho parlato, doue hò detto, che è di due sorti, cioè ò naturale, ò fatto dall'arte, il naturale dura per tutto il tempo che l'huomo manifestamēte va crescendo, il quale rare volte passa l'anno 21. quello poi che è fatto dall'arte, si fa comunemente nella declinatione dell'etade, & certo il primo si dice che è naturale, perche quando siamo in quell'etade, che dura insin all'ultimo della pueritia, spontaneamente, & naturalmente senz'aspettare che ne sia comandato d'alcuno, siamo inchinati, & si mouemo a far exercitio locale, ma il secondo si dice che viene dall'arte, perche passata l'adolescētia, non siamo tanto, come prima, inchinati spontaneamente a far exercitio, & quanto più andiamo inanzi con l'etade, tanto più, & più spesso hauemo di bisogno di persone, che n'essortino, & ne comandino a far' exercitio.

Il commun fine, & scopo dell'vno, & l'altro di questi exercitij, è prima di svegliar il calor naturale, & poi che l'nutrimento facilmente se distribuiscia per tutto il corpo, se per sorte di natura sua non fosse così facile a penetrarui, & finalmente acciò che li naturali, & consueti escrementi del corpo, presto si euacuinno, quando però son lenti, & tardi a uscir dal corpo, & si come il sole purifica l'aria nebulosa, così l'esercitio purifica il corpo dell'animale, talche l'esercitio non è molto necessario a quelli che manifestamente crescono, perche il loro calore è in continuo vigore: a quelli poi che crescono sì, ma non tanto alla scoperta, è alquanto più al bisogno, ma a quelli che sono nella declinatione dell'etade, è sommamente necessario. Perciò che nei primi il calor naturale, con l'aiuto dell'aria, che li circonda, il più delle volte è bastante da se alla distribuzione del nutrimento, & a cacciar fuori i debiti escrementi; in quelli poi, che non così chiaramente crescono, il qual tempo (secondo alcuni) dura sin' alli anni 49. ò poco più, ò meno, rare volte si può far questo effetto senza l'esercitio, ma nelli altri, che sono in manifesta declinatione, perche piano vanno mancando, non si può in conto alcuno far senza exercitio, poiche adunque il calor naturale dell'huomo, passata l'adolescētia, non può da se stesso cōpitamente far questi effetti, ha di bisogno di qualch'altro aiuto, & questo non è altro, che l'esercitio, il qual sempre si deue far inanti al cibo, pur che già la fame non si faccia sentire, ouero che l'huo-

Che per moto locale s'intende solamente l'esercitio.

Ciò che s'intende per riposo.

L'esercitio è di due sorti, naturale & artificiale, & quanto dura il naturale.

Quando si fa l'esercitio artificiale. La causa perche il primo si chiama naturale.

Perche il secondo si chiama artificiale.

Qual sia il fine comune di questi due exercitij.

Nota il paragone del sole cō l'esercitio.

A qual etade l'esercitio non è necessario, a qual è utile, & a quale è necessario.

In qual modo nei primi anni l'esercitio non è necessario.

In qual modo nel li secondi è utile. In qual modo nel li terzi è necessario.

L'esercitio si deue far inanti al cibo.

Quando non s'ha da far inanti al cibo. In qual caso l'esercizio deue esser poco. Quando l'esercizio deue esser forte, o leggiero.

Quando l'esercizio deue esser lungo, o breue.

Nota qual differenza è tra l'esercizio, che si fa nei luoghi piani, & nei luoghi disuguali.

Quello che si fa nei luoghi alti, & aperti, è miglior di quello che si fa nei bassi.

Nota molte differenze, nelle quali è miglior in vno modo, che in vnt altro.

Come ha da esser l'esercizio dell'inuernata, & quello d'estate.

Nota che quando fossa vnto gagliardo l'esercizio ha da esser leggiero, & per qual cautia.

Quando la stagione è sana, & quando è mal sana, & perche.

Per qual causa l'esercizio è piu necessario a Roma, che altroue.

Come quelli che di continuo mangian, stiano anco in continuo pericolo d'ammalarsi.

Nota come non è necessario hauer beneficio del corpo innanti che si faccia esercizio.

mo non si senta qualche debilità contra l'ordine suo naturale, ouero che sia stata inanzi qualche notabile euacuatione, o estenuatione. Talmente però che l'esercizio sia poco, a quelli, che di natura sono debili, & forte a i forti, & che sia secondo la consuetudine di colui, che lo fa, auuertendo, che quelli, che mangiano cibi più grossi, deueno anco far l'esercizio più gagliardo, & quelli che viuono di cibi più leggieri, deueno farlo più piaceuole, & di più deue esser più longo, a quelli c'hanno fatto bona concottione, & che non si straccano così presto, mà in più tempo: in quelli poi, che non hanno così bene cotto il cibo, & che presto si straccano, deue esser più breue; bisogna anco saper, che l'esercizio che si fa nei luoghi piani, non è di tanta utilità, com'è quello, che si fa nei luoghi disuguali, poi che il corpo meglio si moue con la varietà del salir, & del smontare; l'esercizio anco che si fa per la Città nei luoghi alti, & massime doue l'aria è aperta, è miglior di quello, che si fa nei luoghi bassi, miglior allo scoperto, che sotto alli portici, miglior al sole, che all'ombra, (pur che il capo non patisca) meglio è l'ombra dei muri soli, o delli giardini, che quella de' tetti, miglior è l'esercizio dritto, che quello, doue l'huomo si volta, miglior è quello, che si fa la mattina poco dopo il leuar del sole, che quello che si fa nanti cena, purchè però l'huomo auertisca di non patir danno dal caldo del sole.

Et si come l'inuernata deue esser gagliardo, & longo, così la estate deue esser leggiero, & breue, & questo si ha da offeruar, non solo l'estate, mà d'ogni altro tempo. Se per sorte soffrarà qualche vento gagliardo, accioche non si faccia troppo grande attractione, poiche per il notabile augmento del moto, la natura tira a se più presto, il vento poi vi entra con maggior impeto, il corpo s'empie troppo presto, & specialmente il capo. Quando poi è nebbia, o caligo, & che faccia freddo, o piona, o non piona, la stagione è sempre più sana, mà se sarà caldo, è mal sana, perche in questa il corpo si debilita, & in quella si fortifica.

In somma a Roma l'esercizio è tanto più necessario quanto più l'aria è grossa, & densa, & quato che bisogna mangiar assai, poi che questi cibi in gran quantità danno poco nutrimento, come di sopra hauemo detto, poi che se i meati, per li quali si fa l'espulsione de' gli escrementi, & la distributione del cibo, non saranno sempre aperti, quelli che di continuo mangiano assai, staranno anco in continuo pericolo di non ammalarli, & questo accade alla maggior parte, & quasi a tutti.

Ne occorre dar molta fede a quelli che commandano espressamente, che prima che si metta alcuno a far esercizio, habbia hauuto il consueto bene-

beneficio del corpo, poi che spesso occorre, che, mentre che ciò s'aspetta, passa il tempo di farlo. Questo precetto era necessario appresso gli antichi, per li esercitij Gimnastici, perche non solo faceuano esercizio, mà si affaticauano fuor di modo, mà poi che noi hora facciamo il nostro esercizio più quietamente, & lentamente non è bisogno di offeruar questo, con tanto rigore, perche, mentre che facemo l'esercizio, spesso accade che gli escrementi del cibo cascano al basso de' gli intestini, & poi finito l'esercizio, escono fuori del corpo, come se il ventre spontaneamente si mouesse.

Ne manco si deue hauer paura, che gli humori crudi vadino alla pelle (come alcuni dicono) perche, facendosi l'esercizio moderato, si come gli escrementi che sono sotto la pelle pian piano si euacuan, così quelli che forse possono essere nello stomaco, & nelli intestini, vanno al basso, nè si possono cacciar sin' alle parti della pelle, senza gran violentia, la quale in questo caso non si mette, & moderato sarà l'esercizio, se prima sarà fatta buona concottione, ilche si conosce se l'huomo la notte inanti hauerà dormito il suo douere, & poi si leuarà dal letto con il corpo agile, & pronto, & che non sia trista nel volto, mà lieto, & gioioso, come comporta la sua natura: quando poi vno sarà solito, prima che faccia esercizio, d'hauer il beneficio del corpo, certo, se non l'hauerà, perche questo sarà segno particolare, che non hauerà fatto buona concottione, deue aspettar di far esercizio, sinche il corpo habbia fatto il debito suo, mà se non sarà solito a quello, spesso è vanità grande a metter quella legge, qualche volta anco è di danno. Colui adunque che hauerà fatto buona concottione, si come si leuarà la mattina di buona voglia, così potrà sicuramente far il suo esercizio, mà se non l'hauerà fatta bona, sarà bene che si riposi, sin' tanto che sarà cōpitamente fatta, & se per sorte anco sarà stato sforzato leuarsi da letto inanzi al debito tempo, talche la cōcottione sia per questo impedita, potrà di nouo mettersi a dormire, mà se non hauerà fatto alcuna concottione, deue del tutto riposarsi, & non solo guardarsi dall'esercizio gagliardo, mà da qual si voglia altra leggera fatica.

Ne in questo luogo lassarò di dir, che con l'esercizio si consuma la parte grassa, mà non già la carne, & per questo il venire, perche è più grasso, comparato alle parti carnose, che quasi si vedono, si fa con l'esercizio più tenue, & più sottile, & le altre parti carnose non si sminuiscono, mà si fanno più piene, dico ancor che il passeggiar al longo per li luoghi piani, è di maggior fatica, che per li luoghi asperi, & disuguali, poi che quella sorte di esercizio, essendo sempre ad vno modo, getta di continuo tutta la fatica adosso alle medesime parti, & quest'altra fa

Quando questo precetto era necessario, & per qual causa. Per qual causa l'ora non è bisogno di questo precetto.

Come per questo esercizio gli humori crudi non possono andar allapelle.

Quando l'esercizio è moderato. In qual modo si conosce che l'huomo habbia fatto bona cōcottione. Quando non si deue fare esercizio se prima non ha hauuto beneficio del corpo.

Quando è cosa vana il metter questa regola.

Quando è lecito di nouo mettersi a dormir la mattina.

Come per l'esercizio si consuma la grassa, & non la carne.

Per qual causa il ventre si fa tenue, & le carni si fanno grasse per l'esercizio.

Per qual causa l'esercizio fatto ne i luoghi piani tira: ca più che quello, che si fa ne i luoghi disuguali.

tutto l'opposito, poi che diuide la fatica in tutte le parti del corpo, onde ne seguita, che essendo quello sempre il medesimo (considerando le parti, che si mouono) faccia maggior danno, & quest' altro per esser diuiso, & partito in diuersi membri, offenda manco. Bisogna anco saper, che si come il passeggiar longo è di più fatica, che non è il breue, perche anco il moto dura manco, così per altra ragione quando l'huomo si moue dritto da vn luogo all' altro, & poi torna al medesimo, quanto più spessi saranno li ritorni, tanto più si stracca, che se facesse il medesimo moto, sempre alla distesa, perche quello moto si fa spesso dall' vn contrario all' altro, il che è causa di maggior stracchezza. L' esercizio poi, che si fa all' insù, smagrisce più l' huomo, & è di più fatica, che quello, che si fa all' ingiù, la causa è perche il salire è cosa contra natura a i corpi graui, nè si può far senza l' aiuto del caldo, il qual è instrumento a leuar in alto le cose graui, come si cognosce da quelli, li quali per hauer poco calor in se, si mouono all' insù con difficoltà, talche è necessario, che il corpo nostro sommamente si scaldi, & da qui nasce, che quella sorte d' esercizio è molto difficile, & però prouoca il sudore, & si come trattiene spesso, & sospende il fiato, così anco spesso trattiene il nutrimento nelle parti interiori, & l' impedisce, che non ne nutrisca, nè manco permette, che si faccia d' esso buona distribuzione, poi che, mentre che noi ci sforziamo di alzarci in alto, tutto il nostro studio & intento è più presto intorno all' espulsione, che all' attrazione, il che si conofce chiaramente, perche quanto più ci sforziamo d' alzar in alto il corpo nostro, in tanto maggior copia n' esce il sudore, & in tanto, quanto manco ci sforziamo di tirar fiato a noi, tanto manco nutrimento potemo pigliar, & per questo dall' esercizio nasce l' estenuatione, onde quelli c' habitano ne i monti per andar spesso all' in sù, sono per la maggior parte più magri, che quelli c' habitano nelle valli: & di più l' esercizio all' in sù stracca più li lombi, li ginocchi, & le gambe; ma quello che si fa all' ingiù stracca principalmente le coscie, il che accade, perche se bene tutto il corpo è fermato sopra le coscie, & che a guisa d' vn gran peso sopra esse posto, le calca, nondimeno, quando camminiamo all' in sù, perche si mouemo con la schena alquanto inarcata, & con la testa posta inanti, & appresso alziamo alle parti d' innanti le coscie, li ginocchi, & le gambe, mettendo quasi tutt' il corpo in forma d' vn arco, voltiamo, rompemmo, & poco meno, che spasimiamo li lombi, li quali a questo modo si straccano più che le altre parti, & per questo quando siamo saliti sopra la sommità d' vn monte alto, spesso ne doleno

Nota la differenza dell' esercizio fatto ne i luoghi piani con vno moto longo, & breue.

Per qual causa l' esercizio, che si fa all' insù, smagrisce più l' huomo, che quello, che si fa all' ingiù.

Come l' esercizio all' insù prouoca il sudore. L' esercizio all' insù non lascia nutrire il corpo, & non lascia distribuire il nutrimento, & come.

Come quelli c' habitano li monti sono in gran parte magri. Come l' esercizio all' insù stracca li lombi, li ginocchi & le gambe, all' ingiù le coscie, & come ciò accade.

doleno li lombi, ma in particolare nell' ascender, ne doleno li ginocchi, & le gambe, nel scender poi le coscie sentono più fatica, perche naturalmente li ginocchi si voltano inanti, & le coscie indietro. Quando adunque montiamo all' insù, perche nel dirizzarsi, alle volte voltiamo li ginocchi più indietro, che inanti, è necessario, che li ginocchi, & le gambe, sopra le quali è fondato il nostro salire, s' affattichino, & patiscano più, così per il contrario nel smontar, è necessario, che le coscie patiscano più, che nel salire, perche non si voltiamo indietro, ma più presto inanti, poi che come supini, & spettorati scendiamo con la coppa inarcata, & con la schena ritratta, il che non si potria far se non cacciassimo in dentro la giontura della coscia, con vn moto contra natura.

Il passeggiar poi per luoghi duri, & che non consentono, come sono le strade piane lastregate, di marmi, & di selci, è di gran fatica a i muscoli, & a i cordoni delle gambe, le quali per questa causa stanno molto stesi, poi che per la durezza de i sassi, che non cedono, & con il pontar tanto violento de i piedi, è necessario, che in essi resti grauemente il segno, & che ne sentano gran lesione. L' esercizio poi che si fa per il terreno, fermo si, ma che in tutto non sta saldo, & facilmente cede al calcar de i piedi, è di fatica più presto alle gionture, che alli muscoli, perche, ancor che le gionture si pieghino così spesso, quando si batte la terra con li piedi, nondimeno, quando la terra cede, & le gionture si vrtano di continuo l' una all' altra, è necessario, che quello moto causi maggior fatica a esse, che a i muscoli, & cordoni delle gambe.

Bisogna anco sapere, che il passeggiar gagliardo estenua le carni più nel tempo caldo, che nel freddo, perche nel caldo, da più fatica alle parti esterne, onde con prouocar il sudore, sminuisce la carne, per il contrario nel freddo la fa più ferma, prouoca l' appetito, & fa lo stomaco più desideroso del cibo, augumenta il caldo nelle parti interne, & mentre che li membri esteriori quasi si fanno stupidi per l' alteratione, che sentono dal freddo, li torna in suo esser, & con l' aiuto del caldo accresciuto, & dilatato ne gli interiori, più efficacemente li purga, & di più fa la carne più soda, non potendo penetrar così facilmente in tutte le sue parti, come fa ne i tempi caldi.

Finalmente per il gran passeggiar le coscie sentono maggior stracchezza, che le gambe, & massime nel mezzo, non solo perche tutt' il corpo, & li membri superiori si girano sopra le coscie, & si voltano inanti, & indietro, ma anco perche, essendo poste in mezzo tra le gambe, & il resto del corpo, si mouono più, & con maggior fatica in sù, & in giù, che

Perche nel scender le coscie più s' affatticano.

Come li muscoli, & li cordoni delle gambe si straccano.

In qual modo le gionture si straccano più, che le altre parti.

Come il passeggiar forte l' estate smagrisce la carne più che l' inuerno. Come il passeggiar l' inuerno fa la carne ferma, & prouoca l' appetito, & fa altri effetti nel corpo.

Come le coscie in mezzo nel passeggiar sentono maggior stracchezza, de gli altri membri, & perche.

che tutti gli altri membri, per la qual cosa li suoi muscoli spesso stesi, & ritratti, dopò longa fatica, sentono in mezzo dolor grande, & stracchezza, poi che questo moto si fa principalmente dal mezzo a gli estremi, & da gli estremi al mezzo.

Come l'effercitio non si può determinare.

L'effercitio poi non si può determinare, come habbia da essere con la smisurata fatica, nè con la determinatione d'altra legge, ma si deue, far più, & meno, secondo la natura del corpo, che lo fa, poi che non è di manco pericolo il voler determinare il fine dell'effercitio, quanto determinare la quantità del cibo, & di quello che si beue: non bisogna adunque dir che il fine, per il quale l'huomo deue cessar dall'effercitio, sia vn solo, ma bisogna riposarsi quando ne seguita, ò grande fame, ò che il rossor, che è seguito dall'effercitio incomincia a lentarsi, ò che le carni già gonfiate, incominciano a tornar nel suo esser, ò che la voce è fatta manco gagliarda, ò che il corpo tutto è fatto poco atto al mouersi più oltre, & la forza manca, ò se il sudore è comparso, & è manco del solito, ò che senza causa è cessato, ò che finalmente si rallenta dal far più effercitio, senza però, che ne seguiti stracchezza.

Quando l'huomo deue cessar dall'effercitio.

Quando li grassi sentono gran giouamento dall'effercitio. Quando li magri sentono danno dall'effercitio.

Bisogna anco saper, che se dall'effercitio, è seguita la fame, la qual poi sia cessata, senz'hauer preso alcuno cibo, li grassi ne sentono gran giouamento, ma li magri ne sentono grandissimo danno, perche da questo sempre ne seguita grande estenuatione. Ma quando per l'effercitio la respiratione si farà più frequente, & che alcuno di qual si voglia qualità si risolua di mangiar, ò beuer prima, che ella sia ritornata nell'esser suo, ne sentirà sempre notabil danno, & se spesso farà simili errori, diuenterà facilmente tifico, perciò che il nutrimento tolto in quel tempo, non è tirato dal corpo, il qual è tutto occupato alla espulsione, per quello effercitio, & così, restando nel ventre, si corrompe più presto, & si fa più nociuo di quello che non conuiene, & così non solo mentre che dura la frequente respiratione, ma anco nella quiete, che seguita di poi non è tirato con facilità dai membri, ma più presto è rifiutato, onde poi è necessario, che quelli si nutriscano male, si assuefacciano a non nutrirsi, & si facciano tifici.

Il danno che sentono quando màgia dopo l'effercitio, auanti che sia ritornato nell'esser suo di prima, & come ciò accade.

Il far alquãto d'effercitio dopo pranzo non noce, ma il farne assai e sempre di dango. Il danno che seguita a quelli, che fanno effercitio dopo pranzo, & in qual modo.

Dopò pranzo poi, & dopò cena, non noce mai passeggiar alquanto, ouero caualcar, ouero andar in lettica, moderatamente, piaceuolmente, & lentamente, ma il far molto effercitio, è sempre male, & di danno, talmente che quelli che, con lo stomaco pieno, fanno effercitio grande, & spesso, ancor che sia con qualche interuallo, patiscono vlcere in diuerse parti, non solo, perche il nutrimento è crudo, ma perche è cac-

ciato

ciato alla pelle in gran quantità, doue poi non mouendosi più, per l'intramissione dell'effercitio, nè potendosi manco risoluer, mentre, che si riposa, & per longo tempo inui si dimora, è necessario, che si corrompa, & così putrefatto, con la sua acrimonia, & salsedine, punge, & morsica le carni, & per esser copioso, causa le pustule, & poi le vlcere: ma se alcuno pieno d'humori vitiosi hauerà molte vlcere nel corpo, & con quello lo stomaco vacuo, & che molto, & spesso s'affatichi, & sudi, presto si libererà da quelle piaghe, & si farà sano, come accade a quelli, che hanno il mal francese (si come hauemo insegnato nel libro del mal francese) Bisogna anco saper, che se il corpo farà troppo effercitio, non potrà viuere longo tempo, & presto verrà al fine, ma se l'effercitio sarà ben misurato, durerà più tempo, & sarà di più longa etade, & questo si conosce chiaramente con l'esempio della candella accesa, la qual, se si porrà al vento, si consumarà più presto, ma se starà in vn luogo ben chiuso, durerà più longo tempo: & si come li nostri corpi all'inuernata, quando regna il vento di tramontana, nelle parti esteriori, si essiccano, & di dentro restano le humidità, le quali premute dal freddo di prima, soprauenendo poi il caldo, si liquefanno in gran copia, così nel istesso modo, & tempo si vede nel fango, il qual si condensa prima per il gran freddo, & di dentro vi resta chiuso il suo humore, & poi soprauenendo il caldo del sole, si liquefa, & si strugge, così, se di primavera, ò all'estate soffiarà forte la tramontana, ò che si senta la stagione del tempo simile, perche all'hora il sole, che soprauene, è più gagliardo, che non è d'inuernata, non è cosa sicura esporri troppo al sole, nè manco a far molto effercitio.

Onde nascano le pustule, & le vlcere. In qual modo vno si può liberar dalle piaghe, & dalle vlcere.

Come il troppo effercitio scurra la vita, & il mediocre la slunga.

Nota l'esempio della candella in questo fatto.

Nota ciò che accade quãdo l'inuernata spirata la tramontana, & poi soprauene il caldo.

Nota l'esempio del fango congelato.

Quando non è bene esporri al sole, ne far molto effercitio.

Bisogna anco saper, che l'effercitio (pigliando questo vocabulo più comunemente di quello, che hauemo detto di sopra) non solo si può fare con il moto del corpo, ma anco mentre, che si riposa, cioè quando spesso l'huomo tira a se, & caccia da se nouo, & puro aria: oltre di questo, se alcuno sarà stato tutto vn giorno, ò in cocchio, ò a seder sopra qualche festa, ò a riposo in qualche altro modo, non deue in conto alcuno far molto, nè gagliardo effercitio, nè manco correre (come alcuni sogliono fare) poi che la natura non tolera mai alcuna grande, & subita mutatione) ma bisogna andar lentamente, & cenar molto sobriamente, accioche per l'uno si passi pian piano dalla quiete al moto, & per l'altro, accioche la cena leggiera sia proportionata a quello, che hauerà fatto poco effercitio.

In qual modo si può far effercitio senza mouersi. L'huomo non deue far forte l'effercitio, quando è stato vn pezzo a riposo.

Quãdo si deue cenar sobriamente.

Del

Del bagno, & del riposo. Cap. XI.

FIN' HORA hauemo trattato dell' esercizio, alqual con certa portione, & similitudine si può ridurre quello, che si fa con le armi, con la balla, con il correr, con il caualcar, con il legger forte, & alto, con le fregagioni, con il bagno, & con diuersi altri modi.

Seguita che parliamo del riposo, ma prima bisogna dir alcune poche cose del bagno d'acqua dolce, il quale si crede, che fosse trouato da gli antichi, prima, accioche si netassero dalle sporchezze che d'ogni intorno imbrattauano tutta la pelle, & poi che sia passato in troppo delicatezza, poi che non hauendo loro in uso le vesti di lino, che noi chiamiamo camiscie, & se pur le haueuano, non le usauano così spesso, come facciamo noi, ripieni di gran lordura, erano sforzati ogni giorno di nettarsi nel bagno: ma poi che adesso l'uso delle camiscie è tanto vniuersale, che tutti, per po- ueri, che siano, se ne seruono, non è marauiglia, se quella così frequen- te consuetudine del bagno, è quasi annihilata, il quale in ogni modo è più conueniente l'estate, che l'inverno (come dice Hippocrate, ò Pol. nel libro de salubri Dieta) & se a tempo si farà, & come si deue, è molto conue- niente alli estenuati, li quali non hanno appetito, ma non bisogna che hab- biano alcuna lesione particolare nelle viscere interiori, perche inalza, co- me in tumore, le carni, le quali poi gonfiate, succhiano gli humori, a guisa di ventose dalle vene, & le vene dal fegato, & quello dallo stomaco, onde poi al fine ne seguita la fame: ma si come bisogna farlo inanti al cibo, & dopo che il ventre si sarà scaricato delli suoi escrementi, così bisogna in ogni modo finirlo, poi che le carni sono gonfiate, inanti che caschino, & ritornino nell'esser di prima. Perche se l'huomo in troppo si dimora, si gli perturba l'intelletto, le forze si gli risoluono, gli viene vomito, & fi- nalmente sincope, cioè mancamento di cuore, & di tutte le forze. Talche se sarà fatto a tempo, netta la pelle, apre li suoi meati, gli mada il douuto nu- trimento, humetta il corpo, gli fa venir appetito, assottiglia gli humori, gli sminuisce, se sono troppo, risolue il vento, leua la stracchezza, mitiga li do- lori, prouoca il sonno, & stringe il ventre. Noce fuor di modo a i pieni, per- che liquefa gli humori, li quali poi, occupado maggior luogo, distendono il corpo, onde è necessario che vi sopracionga qualche importuna euacuatio- ne, ò tumore in qualche parte: onde Hippocrate nel terzo delli acuti, disse che nissuno, che poco prima hauerà mangiato, ò beuuto, non deue subito

entrar

Quante forti d'es-
ercizio si possono
ridurre al vero ef-
ercizio.

A qual fine fosse
trouato il bagno
d'acqua dolce da
gli antichi.

Gli antichi non ha-
ueuano l'uso delle
camiscie, & se pur
lo haueuano, co-
me le usauano.

Come l'uso del ba-
gno è quasi anni-
chilato.
Quando il bagno
è più conueniente.
A quali è più vri-
le, & con qual con-
dizione.

Nota bene l'effeto
che fa il bagno.

Onde nasce la fa-
me.

In qual hora si de-
ue far il bagno, &
quando si deue
lassar.
Il danno che fen-
te l'huomo, se sta
troppo nel bagno.
Molti altri vtili
che porta il bagno

A quali noce, &
in qual modo.

entrar nel bagno, nè manco subito nell'uscir del bagno deue mangiar, ò beuere, mitiga li dolori del petto, dei fianchi, & della schena, matura lo sputo, & lo caccia fuori, fa la respiratione facile, leua la stracchezza, mollifica le giunture, & la pelle, che è inui intorno, prouoca la orina, risolue la grauezza di testa, humetta le narici. Quelli che per qualche infirmi- tà hanno il ventre più lubrico, che non conuene, ouero che l'hanno troppo stittico, non deueno entrar nel bagno, nè manco quelli, che sono molto de- bili, ò quelli che hanno fastidio allo stomaco, ò che facilmente vomitano, ò che fanno li rotti che puzzano di colera, ò che patiscono flusso di san- gue dal naso: saluo, se quello flusso fosse manco di quello che conuenisse, questo disse Hippocrate, in tanto bisogna auuertire, che il bagno sia fat- to d'acqua dolce, tepida, perche se sarà troppo calda, i corpi, che v'entra- no sentono horrore, & li meati suoi si stringono, & si ritirano in se stessi, talmente, che non si possono humettare con l'humore, che viene da di fuo- ri, nè manco possono cacciar fuori alcuno di quelli escrementi, & hanno di dentro. Ma torniamo al riposo, si come adunque il riposo s'oppono all'ef- fercizio, del quale hauemo ragionato, così fa gli effetti contrarij, poi che in quelli che euidentemente non crescono più, ilche accade per ordinario, quando l'huomo ha passato l'anno 21. non solo non risueglia il calor natu- rale, ma più presto l'estingue, essendo con l'otio impedito lo suentare, il qual è tanto necessario al calor d'ogni corpo viuente, nè manco manda, & digerisse il nutrimento per il corpo, ma lo insacca, & chiude nelle prime vene, poi che per via del moto, non si fonde, & da quello ne nascono le oppilationi, poi ne seguita che il corpo non si nutrisce, & all'ultimo, che si smagrisce, nè manco gioua all'espulsione de gli escrementi, ma più pre- sto per esso si trattengono, per far che li membri s'impoltroniscano. Fi- nalmente è causa, che il nutrimento si trattiene, contra l'ordine natura- le, ne i primi vasi, & gli escrementi si fermano negli altri luoghi, tal- mente, che non essendo cacciati fuori, & gli vni, & gli altri, si corrom- pono: onde poi ne seguita che l'huomo non si nutrisce, & finalmente si fa ettico.

Ma potrà alcuno opponer a questa mia opinione, dubitando, come pos- sa esser che gli huomini smagriscano con il riposo, mangiando bene, poi che le galline, caponi, porci, & altri animali mentre, che stanno ben chiu- si, & ben pasciuti, s'ingrassano cosa, che pare contra la ragione, & di più vi sono alcuni huomini, & donne, che sempre sedono (poi che tal'è l'ar- te sua) & nondimeno sono sempre sani, non si smagriscono, anzi si fanno più grassi. Si risponde a questa ragione, che li animali li quali

Come nell'uscir
del bagno non si
deue, nè mangiar,
nè beuere.
Altri vtili che por-
ta il bagno.

Quali non deueno
entrar nel bagno.

Quando nel flusso
di sangue couien
il bagno.
Come l'acqua de-
ue esser tepida, &
il danno che segui-
ta s'è troppo cal-
da.

L'otio estingue il
calor naturale.

Il danno che nasce
dall'otio.

Nota vn bel dub-
bio sopra gli ani-
mali che nell'otio
s'ingrassano.

R r indi-

Risposta al detto dubbio.
Questa ragione non piace.

Quali sono che s'erono lesione dal riposo.
Gli huomini che non crescono più hanno bisogno di moto.

Li caualli che stano in otio si smagriscono.
Come quelli che nello star in otio s'ingrassano sono molto pochi.

Come le scientie, & le arti sono fondate sopra le regole vnuerſali.

Come dall'otio se guirano gli effetti contrarij.

Nota che il riposo della notte quando si dorme è sano, ma tutto l'altro è mal sano, & il danno chene seguira.

Come dal riposo il corpo si rinfresca fuor di modo.
Come l'huomo si deue cibare quãto non può far esercizio.

indifferentemente distribuiscono il loro nutrimento, per il corpo, & cacciano fuori li loro escrementi, possono benissimo esser grassi, ancor che stiano di continuo a riposo, come sono li polli, li capponi, & le galline, ma quelli che non si nutriscono, & non si purgano così bene con la quiete, come fanno con il moto, & che hanno di bisogno del moto principalmente a far l'uno, & l'altro, questi sentono gran lesione dal riposo, si smagriscono, & si fanno etlici; di questa sorte sono, non tutti gli huomini, ma la maggior parte, trà quali son quelli c'hanno fatto il suo augumento, & non crescono più, & hanno di bisogno del moto, per distribuire bene il suo nutrimento, & per cacciar fuori gli escrementi: così accade a i caualli, li quali, se staranno longo tempo nella stalla, senza mai mouersi, ancor che siano benissimo nutriti, & copiosamente, nondimeno si smagriscono, & benche ad alcuni riesca il contrario, come a quelli che stanno di continuo in riposo, & nondimeno s'ingrassano, non però questa opinione è falsa, perche tal cosa interuiene a pochi, & questi, à che presto s'ingrassano, & poi si smagriscono, ò che forse anco sono talmente abituati a cuocer, & distribuir il cibo, & a cacciar fuori gli escrementi, che fanno questo effetto, così ben' nello star a riposo, quanto nell'esser citarsi; & quando anco non fusse per questa causa, essendo le scientie, & le arti fondate sopra le regole vnuerſali, ò almeno sopra la maggior parte de' particolari, per esser questi pochissimi, le regole nostre si deueno inuiolabilmente osservare.

In somma bisogna concluder, che parlando noi di quella quiete, che è contraria all'essercitio, (come hauemo detto) se l'huomo con l'essercitio cuoce bene il cibo, lo distribuisce, & lo smaltisce, & è sempre più sano; per star in riposo, il qual è contrario a questo essercitio, sente sempre effetti contrarij, & sempre si farà più magro.

Talmente che in questa sorte di riposo, (lassando da canto quello, che si fa la notte, quando si dorme) è necessario che ne seguiti estenuatione, perche quelle materie, che per via dell'essercitio si sogliono distribuir, & cacciar fuori, si ritengono dentro del corpo, & per putrefarsi presto, & facilmente se fanno moleste a i membri interiori: onde ne seguita, che l'huomo, ò non piglia nutrimento alcuno, ò ben poco, oltre che (come alcuni pensano) per esser accumulata gran quantità d'indigestione, laqual estingue quasi il calor naturale, il corpo si rinfresca fuor di modo, però bisogna auertir, che quando per qualche causa siamo sforzati a star a riposo, & non far essercitio, all'hora è molto utile pigliar cibi leggieri, & facili da cuocer, pur che però la natura li toleri, & questi anco

sti anco più liquidi, che sia possibile, acciò che più facilmente, & senza fatica passino alle vene, & a tutto il corpo, & arca esca quello, che deue uscire Appresso bisogna colcarsi poco, & di raro, & s'è possibile, star quasi sempre in piedi, acciò che se faccia miglior distribuzione, & gli escrementi escano più facilmente.

Come deue colcarsi manco che si può.

Del cibo, & di quello che si beue . Cap. xii.

S*I come il lume della lucerna s'estingue, quando manca l'oglio, così il calor nostro si consuma per mancamento di nutrimento, acciò che adunque non manchi il nutrimento è cosa espediente non patir mai, per molto tempo, nè fame, nè sete, purchè sia naturale, anzi è necessario hauer più spesso lo stomaco pieno, che vacuo. Ne è vero quello che alcuni si pensano che sia necessario, che lo stomaco si purghi affatto d'ogni humore prima che si mangi, perche quando si viene a questo, le sue particelle cascano in se stesse, nè si possono più dilattare, onde lo stomaco non può più riceuer il cibo, come prima era solito, come accade a quelli, li quali essendo soliti pranzar, & cenare, & che la mattina, ancor c'hanno fame, non però pranzano, la sera non possono cenare: ma è bene assai, se ha in se qualche humore cattiuo, a cacciarlo prima fuori, come cosa inimica alla natura, & poi pigliar di nouo qualche buono cibo, in luogo suo, & a questo modo tener continuamente lo stomaco pieno di nutrimento, il qual, se si potesse mantener sempre ad vn modo, & che non grauasse mai lo stomaco, per la quantità, nè gli desse altro fastidio per qualche mala qualità, non faria mai il bisogno di cacciar fuori questo per pigliarne dell'altro, ma bastaria a goder questo sempre nel medesimo modo.*

Come è bene non patir nè fame, nè sete naturale, & hauere lo stomaco più spesso pieno, che vacuo.

Nota il danno che seguita quando lo stomaco si purga affatto d'ogni humore, prima che pigli il cibo.

Per qual causa quelli che la mattina non mangiano la sera non possono cenare.

Come è assai a cacciar fuori dello stomaco gli humori cattiuo, se vene sono, prima che l'huomo mangi.

Et benche siamo sforzati a nutrirsi due volte il giorno, & qualche volta più, questo si fa non per lazar tempo, & comodo allo stomaco di far la concottione, (come tutti sin' hora hanno creduto) ma acciò che il nutrimento pigliato a debiti tempi, l'uno dopò l'altro, sia di continuo senza alcuna intermissione apparecchiato nelle parti interiori per dar il conueniente nutrimento al corpo, perciò che anco le piante si nutriscono, & nondimeno non pigliano in diuersi tempi il nutrimento dalla terra: il medesimo si può dir delli animali bruti, & delli fanciulli, li quali tutto il giorno, & tutte l'hore mangiano, talche non potendosi supplir a questo bisogno con vn' solo pasto, si ricompensa con replicarlo, tanto più spesso,

Per qual causa siamo sforzati a nutrirsi due volte il giorno.

Nota l'opinione comune sopra di ciò ch'è falsa, & perche.

Come quelli che li no lo stomaco picolo mangiano spesso, & che l'hanno grande mangiano di raro.

spesso, hauendo però rispetto alla fortezza di colui, che mangia, & alla capacità del vaso, che riceue il cibo, & però quelli che hanno lo stomaco piccolo, come sono li fanciulli, mangiano più spesso, & quelli, che l'hanno più grande, mangiano manco spesso, come fanno li istessi fanciulli, quando sono fatti adulti.

Nota che l'effercitio non è quello, che faccia patir la fame longo tempo.

Et non per questo seguita, che l'effercitio si debbia lassar, come quello, che eccita la fame, la quale hauemo detto che tanto s'ha da fuggire, perche l'effercitio non è quello, che faccia patir longo tempo la fame, ma caccia fuori gli humori vecchi, li quali non possono dar più alcun nutrimento al corpo, & in suo luogo sforza subito l'animale a pigliarne de' noui.

Come è meglio mangiar spesso, che vna sola volta, & perche.

Tal che quando ciò accade, questa sorte di fame causata dall'effercitio, fa che lo stomaco si mantiene più longo tempo pieno, che vacuo, il che è contra l'argomento, che sopra ciò si può fare. Bisogna anco saper che è meglio pigliar il cibo spesso, che vna volta sola, pur che la natura lo comporti, non solo perche quelli che mangiano spesso, come sono li fanciulli, & le balie, che lattano, sono più belli, & più allegri, ma anco perche la putredine del nouo cibo pigliato più spesso, mentre che con il spesso mangiar, & spesso smaltir, l'umo entra, & l'altro esce, non può troppo tempo durar nel corpo, & per questo anco, non potendo tanto essiccare, si stonga più la vita.

Come si stoga più la vita. Come è meglio pigliar cibi facili da cuocer, che difficili, & perche.

È anco meglio pigliar più presto i cibi facili da cuocer, che li difficili, acciò che quando si inuechiano, ò che perdono il sapore, più facilmente si possono cacciar fuori: & così entrando in luogo delli vecchi, li noui cibi della medesima sorte, acciò che diano più presto ristoro, quando poi saranno ridotti alla natura escrumentosa, si possano più presto cacciar fuori, & pigliarne di nouo de' gli altri simili. Bisogna anco saper, che li cibi che si cuoceno facilmente, son sempre più humidi, considerando il tempo dell'anno, la regione, la natura, l'etade, & la consuetudine di colui, che li piglia, & che, congiunti con altre cose humide, causano ancor maggior humidità, tal che li cibi secchi si liquefano più tardi, & con più difficoltà, & così ancor hora più presto, hora più tardi si putrefano: ma poi quando sono alterati, ò che si putrefanno, quelli si cacciano fuori più presto, & quelli altri più tardi, quelli essiccano manco il corpo, & questi l'essiccano molto più.

Come li cibi, che facilmente si cuoceno, sono sempre più humidi, & in qual modo.

Come li cibi secchi si cuoceno più difficilmente.

Come quelli, che spesso pigliano cibi noui più tardi s'auuechiano, & in qual modo.

Et per tal causa quelli, che spesso pigliano cibi noui, più tardi s'inuechiano, come quelli che rinouano di continuo l'humido naturale, acciò che non si putrefaccia troppo con le cose vecchie, & questi son quelli, che

che mangiano non vna volta, ma due, & tre al giorno, secondo che la loro natura tolera, & il cibo, che pigliano non è duro, ma humido, poi che il duro fermandosi vn pezzo nel corpo, quando poi si corrompe, la putredine sua non è piccola, ma grande, & per esser duro, & contumace, si caccia più tardi fuori del corpo: & per questo anco, è più essiccato, & affretta più la vecchiezza: l'humido poi, si come più facilmente, si altera, così anco più presto si caccia fuori, & manco essicca.

Come il cibo duro quando si corrompe fa la putredine maggiore, & altri mali. L'utile dal cibo humido.

In somma quelli, che si nutriscono più di cibi humidi, che duri, & che pigliano di quelli cibi spesso, & non vna volta, si mantengono più sani, & più belli, & questo chiaramente si conosce ne i pesci, per conto della sanità, li quali pigliano tutti li suoi cibi con l'acqua, per conto poi della bellezza, si conosce ne i fanciulli, & nelle donne, che lattano (come hauemo detto) & appresso nelli Francesi, nelli Fiaminghi, & Germani, li quali mescolano tutti li suoi cibi con il beuer spesso, & in gran quantità; ma li fanciulli, & le balie viuono più longo tempo, perche la putrefattione, alla quale sono soggetti, non è tanto gagliarda, & massime per esser pur qualche misura nel suo viuere, cosa che non è in questi altri, li quali viuono manco tempo, perche la putrefattione, che in essi si fa, è più vehemente, così accade a quelli, che si nutriscono di cibi più presto bolliti, che cotti a rosto, perche con l'aiuto di quelle humidità più facilmente vanno al basso, onde poi per non fermarsi troppo nel ventre, non si possono corrompere.

Quelli che pigliano cibi humidi, & spesso, sono più sani, & più belli. Nota l'esempio delli pesci, & fanciulli, & balie. Per qual causa li Francesi, Fiaminghi, & Germani viuono poco tempo.

Et benchè si possa opponer a quella ragione, che sono alcuni corpi nel cui stomaco li cibi duri si cuoceno benissimo, & li leggieri, molli, & teneri, subito si corrompono, & si conuertono in pessimo puzzore; nondimeno bisogna saper, che tal cosa accade, quando questi pigliano vngual quantità, ma poco dell'vno, & dell'altro cibo, perche altrimenti pigliando gran quantità di cibi humidi, & molli, non solo non nociono, ma giouano molto più, poi che con empire assai il ventre, resistono più forte, & più presto alla putredine, prima che si possa generar alcun puzzore: anzi questa sorte di cibi si cuoce bene, & bene si distribuisce, & fa che l'huomo ha più bel colore (come si può auer dalle cose dette di sopra) tal che l'argomento, che si fa, vale quando li cibi leggieri sono in poca, & non in molta quantità, nè manco sono contra di questa sentenza le parole d'Hippocrite, che dicono, τὰ ἀδυνέστερα σίτια ὀλιγοχρόνιον βίον ἔχει perche questa parola ἀδυνέστερα, cioè questi cibi si chiamano debili, non perche siano di natura debili, ma perche indebiliscono quelli, che li mangiano, & così tali cibi non hanno in se la vita breue

Nota quelli che digeriscono presto li cibi duri, & corrompono li humidi.

Come tal cosa accade. Quando si piglia gran quantità di cibi humidi, & molli, non può seguir alcuna putredine.

Come l'argomento, che si fa sopra di ciò si deue intendere.

Come alcuni cibi si chiamano debili.

Come li cibi che fanno l'huomo debile lo fanno ancor di vita breue.

ta breue, ma la fanno hauer breue a quelli, li quali mangiandone spesso non gli portano fortezza, o vigor alcuno, ma più presto gli fanno ogni hora più deboli, & per questo non bisogna quivi dichiarar quella parola τὸ ἐξαι pur che habbiano, ma perche portino, come se si diceffe, che li cibi di qualunque sorte, o molli, o sodi che siano, quando fanno l'huomo debile lo fanno ancora di vita breue, & questo si conferma per il medesimo Hippocrate, il qual altroue ha scritto αἰ ἀδυνάτους διαίτης ψυχρὰς, cioè le diete debili sono fredde non perche siano in se fredde, ma perche fanno freddi, quelli che seruano tal modo di viuere, si come quando sottogiunge, & dice αἰ δὲ ἰσχυρὰς δεύουαί, cioè che le forti sono calde.

A quali gioui il calcio, & la carne vaccina. Come l'vño di questi cibi non è sicuro a Roma.

Come a Roma bisogna mangiar affai, hauer il ventre lubrico, & far poco esercizio.

A quali nuociano li cibi duri, & fodi come sono li pasticci, & qual danno li portano.

L'vtil che portano questi cibi fodi.

Li cibi duri poi da cuocer, com'è il cascio, & la carne vaccina sogliono portar poco danno a quelli, che fanno grande esercizio, & qualche volta giouano, perche se saranno ben cotte, & ben digeste, danno forza al corpo, nondimeno l'uso di questi cibi non è così sicuro a Roma, come in altri luoghi, perche qua bisogna mangiar assai, hauer il ventre molto lubrico, & far poco esercizio, & quelli cibi fanno nel corpo nostro qua in Roma il contrario effetto.

Se poi alcuno vuerà sobriamente, & non metterà insieme molta copia di flegma nel ventriculo, se la sera, o la mattina, mangiarà in quantità cibi duri, & difficili di liquefarsi, come sono pasticci, ne sentirà grande nocumento, perche con gran fatica si mollificano nello stomaco, per esser priui di succo, & di humore, & per questo sogliono spesso causar dolori di qualche importanza: se poi questi cibi saranno molto caldi, abbrusciano alle volte la lingua, il palato, & le fauci, & se dopò alcuno beuerà molto fresco, li denti se gli inteneriscono, come fa l'acqua col marmo cotto, è ben vero, che maturano la pituità, quando è copiosa nello stomaco, acquetano la nausea, & proibiscono la stracchezza.

Del beuer freddissimo. Cap. XII.

Le cose fredde sono più graui che le calde. Il danno che porta la beuanda molto fredda.

CIO' che si bene, ridotto a gran frigidità, o con la neue, o con altra maniera, oltre che in vgnal misura comparato alle altre beuande manco fredde è più graue, & più denso, graua molto lo stomaco pieno, & l'indebolisce, lo mette sottosopra, & gli causa dolore; quando è vacuo, leua l'appetito, offende il petto, & gli fa ostruizione

in am-

in ambidui li fianchi (si come Hippocrate lassò scritto, dicendo) se il vino, il cibo, & la beuanda saranno molto freddi, congelano gli humori nel corpo, & fermano il ventre nel congelarlo, & nel rinfrescarlo: oltre di ciò queste beuande usate di continuo, mentre che passano per il fegato, l'indurano con la estrema frigidità, se anco vno, mentre che copiosamente suda, o poi che è uscito dal bagno, o c'ha corso assai, o fatto qualche altro violento esercizio, beuerà freddissimo infretta, & senza respirare, è pericoloso di morir all'improviso, ma almeno gli verranno dolori, & molestissime soffogationi. Quello che suol mangiar poco, partirà indigestione, varij fastidij di stomaco, & si farà presto vecchio: è anco molto pericoloso a quelli, che sono molto vecchi, ai fanciulli, alle donne, c'hanno parturito di fresco, a quelli, che stanno in otio, & c'hanno il petto debile, & a quelli, che rottano spesso con dolore delle parti propinque al cuore: è vero che il beuer fresco all'estate, dopò che l'huomo ha ben mangiato, non può esser di danno, o ben poco, perche raffrena l'ardore causato, o dal tempo, o da molti cibi. E' poi di grande vtilità a quelli, che sono, o pieni, o corpolenti, & a quelli, che fanno molto esercizio, & c'hanno fatto lungo viaggio, & che, quando fa gran caldo patiscono molta sete, & a quelli, che sono soliti beuere a questo modo, in somma se alcuno inanti che pransi, o che ceni, o poco dopò c'hauerà incominciato, beuerà una tazza di brodo ben caldo, & poi c'hauerà mangiato li soliti cibi, beuerà più d'una volta freddissimo, si diffenderà sempre, o poco meno d'ogni danno, che li possa dar il beuer dell'acqua fredda, la quale non merita così risolutamente d'esser biasmata (come alcuni vogliono) perche, oltre le ragioni, c'hauemo detto di sopra, si giudica che fusse in vso anco appresso gli antichi, si come pare che voglia dir Gal. & Hippocrate. Lassò hora da canto altri Autori, cioè Medici, poeti, & historici, con tutta ciò però è sempre più sicura l'estate che l'inuernata, poi che il caldo dell'aria, che ne circonda, altera più spesso il nostro corpo, & le parti sue, che non fa questa beuanda con il suo freddo, tal che ancora, che sia presa tre, o quattro volte al pasto, nondimeno l'aria calda con il suo continuo toccar, & in spirar, caccia fuori, o almeno leua la forza a quello freddo. Ma l'inuernata il continuo freddo dell'aria insieme con il freddo di tal beuanda, accresce quelli mali, c'ha scritto Hippocrate, cioè l'offesa di osi, di denti, di nerui, del ceruello, della midolla spinale, del petto, & prouoca tosse, & flussi di sangue, & catarri. E' anco da saper, che se all'estate soffiarà l'austro, & che vi siano molte pioggie, le quali sminuiscano la sete, doue

Nota che la beuanda s'è molto fredda congela gli humori nel corpo.

Indura il fegato.

Nota altri danni, che porta la beuanda fredda, & quando li porta.

A quali particularmete è pericolosa questa beuanda.

L'vtil che porta il beuer freddo.

Quali sono quelli che sentono vtilità dal beuer freddo.

Quello c'ha da far vno acciò che il beuer freddo non gli porti danno.

Come il beuer freddo, era in vso appresso a gli antichi.

Come è più sicuro beuer freddo l'estate che l'inuernata.

Come il caldo della estate superi il beuer freddo, & in qual modo.

Il danno che porta il beuer freddo a l'inuernata.

In qual tempo bisogna beuer manco, & qual sorte di beuanda.

anco

anco l'austro empie il capo, bisogna beuer manco, & ciò ha da esser, ò vino ben' adacquato, ò acqua pura, perche a questo modo il capo si empie manco, & manco si offende.

Quando livini potenti sono di uile, & di danno.

Come in Roma si deue mangiare affai.

Come in Roma si deueno beuer vini piccoli, & ben temperati.

Quelli che magiano affai, & beuono acqua portano meglio il cibo, che gli altri.

L'effetto bono che fa l'acqua, & il vino beue adacquato.

L'effetto cattiuo, che fa il vino potente, & puro.

Per qual causa quelli che beuono acqua, ò vini piccoli orinano più spesso, che quelli, che beuono vini grandi, & puri. Come questi orinano sabbia, & gli altri non mai. Vedi la causa di tale effetto.

Il danno che porta il vino grande.

L'vil che porta il vino piccolo.

Quando poi l'huomo mangia assai, se beuerà vini potenti, ne sentirà sempre danno, & se mangia poco, ne sentirà utile: ma perche in questa Città, (come molte volte hauemo detto) è utile a mangiar assai, è anco ben fatto hauer in uso quelli vini, che portano poca acqua, & poi anco temperarli assai bene, (hauendo però ogni uno risguardo alla sua natura) accioche il cibo nello stomaco, & il succo, che da quello viene, & che poi è tirato nelle vene, non sia di maggior peso di quello che saria, se fosse mescolato solamente con acqua. E' però quelli che mangiano assai, & beuono acqua, portano più facilmente la quantità delli cibi, che quelli che beuono vino, & massime potente; per ciò che l'acqua, & il vino bene adacquato, passando per le vene con gli humori generati dal cibo, quando è di peso alla natura, camina facilmente alle reni, & alla vesica, & si caccia fuori per via dell'orina, cosa che non può far così facilmente il vino potente, il qual, si come indura, & ferma le carni, così anco condensa gli humori con li quali passa per le vene, & gli fa insieme con se stesso più pigri alla espulsione, talche fermandosi lungo tempo nelle vene, se gli fa graue, prima che possa uscir per via dell'orina. Onde quelli che beuono acqua, ò vini piccoli mescolati con acqua, orinano più spesso, che non fanno quelli, che beuono vini potenti, & questi tali orinano spesso arena, cosa che mai, ò rare volte accade a quelli che beuono vini piccoli, poi che in quelli, gli humori, non potendosi così facilmente euacuar per la loro abundantia, si fermano nel corpo, più tempo di quello, che conuiene, & per questo si genera la sabbia: doue che in questi altri, sono cacciati fuori inanti, che si conuertano in sabbia. In somma quando si mangia assai, è più utile il vino piccolo che il grande, il qual causa grauezza, & caldo nello stomaco, & in tutto il corpo, confonde l'intelletto, causa dolor di testa, sete, & amarezza di bocca, & da occasione alle reni di generare sabbia, & calculi; oltre di questo, ò ch' astringe il ventre, ò che li causa qualche indigestione, dalla quale poi nasce flusso di corpo fuori di tempo, & fa l'huomo inchinato a diuersi mali: ma il vino piccolo fa tutto il contrario, perche è causa che il cibo, & l'humor, che dal vino si genera, facilmente si cuoce, fa lo stomaco, & tutto il corpo più leggero, lubrica il ventre, conforta il ceruello, in somma per non essicar tanto, allunga la vita assai più.

Final-

Finalmente ancor che Hippocrite habbia scritto che la mutatione della longa consuetudine fatta di vino bianco, in nero, & di nero in bianco, nuoce, nondimeno quando l'huomo non fa molta differentia dall'uno all'altro, non importa, pur che l'altre cose siano pari: però bisogna saper che il vino nero, ò rosso, quanto è più denso, & grosso del bianco, tanto più forza da al corpo, & quanto manco odore ha, offende manco il capo, ma stringe spesso il ventre, pur che non sia dolce.

E' anco di sapere, che sono tre sorti de' sapori ne gli alimenti, li quali piacciono principalmente all'huomo, cioè il dolce, l'acido, & il falso, gli altri non tanto piacciono, com'è l'austero, lo acerbo, l'amaro, & l'acre, li quali non sogliono piacer, se non per accidente: a quelli l'huomo naturalmente è inchinato, & in quelli fa molti errori (saluo se la ragione domina molto al senso) come che gli sia assuefatto sin dentro dal ventre della madre, tal che non è poi marauiglia, se, poi che è nato, a pena se ne può contener, quando gli viene occasione di goderli, poi che molto ben si sa, che il primo nutrimento del feto nel ventre della madre, è il dolce (come hauemo dichiarato nel libro del mal Francese) & questo auiene, perche così richiede quella semplice, & natural mutatione, che si fa nelli corpi nostri chiamata concottione, per la quale tutti gli humori naturali sogliono farsi dolci, come si vede manifestamente nel latte, che si da al bambino, subito che è nato, il quale si sente dolce, ma questo sapore allongo andare (come nel detto luogo hauemo dichiarato) per esser accresciuta in qualità quella concottione, la quale pian piano si muta in putrefattione, la qual però non è molto contraria all'huomo, si conuertente parte in sapor acido, & parte in falso, & per questo è probabile cosa, che l'huomo si diletti più di cose dolci, acide, & false, che di acerbe, d'amaro, & d'altri sapori: nè tal cosa può esser (come molti pensano) perche il dolce sia più leggero, & l'amaro più graue, perche spesso si trouarà una cosa amara, più leggera, che una dolce, com'è il succo di absintio purificato è ancor amaro, & nondimeno è più leggero, che il mele, nè manco può esser perche tutte le cose si nutriscano del dolce, ò di simil mistura (si come molti Filosofi dicono) perche si trouano molte piante delle quali noi si nutrimo, le quali si nutriscono d'amaro, come è l'abrotano, & la ruta, l'asso l'aloè, & la colochintida, perche sono medicamenti: ma questi sapori sono più grati, perche il feto s'è già assuefatto sin dentro al ventre, a nutrirsi di simili alimenti, li quali, quando sente, poi che è nato, nel ricordarsi che di essi prima, che nascesse, s'è pasciuto, &

Quando importa mutar usanza di beuere vino bianco in nero, & di nero in bianco.

L'effetto che fa il vino nero, ò rosso.

Come sono tre sorti di sapori che piacciono all'huomo, cioè il dolce l'acido, & il falso quali sono gli altri sapori che non tanto piacciono. Come, & perche in quelli l'huomo fa di molti errori.

Come il primo nutrimento nostro, nel ventre della madre è il dolce. Onde nasce tal dolcezza.

Come la concottione si conuertente in putrefattione della quale poi nasce il sapor acido, & falso. Vedi la causa per la qual l'huomo li diletti più del sapor dolce, acido, & falso che di altro sapore.

Nota l'esclusione di altre cause sopra di ciò.

Per qual causa questi sapori sono più grati che gli altri.

Sf acressuto

acressuto tanto, si moue tutto con gran desiderio a ricercar quelli medesimi sapori, come molto famigliari alla natura sua, & quando ne ha commodità grande, sen'empie fuor di modo, & si come nel ventre il primo nutrimento è il dolce, così poi che siamo nati desideriamo più il dolce, che ogni altro sapore, & con il medesimo modo, che si tiraua da noi, prima, che nasceuamo, così dopò che siamo nati, & forsi con maggior celerità si tira da noi per nutrimento di tutt' il corpo (purche non vi sia altro impedimento) & così si deue intender anco del sapor acido, & del salso, più, & meno però secondo la natura di quelli membri, che n' hanno di bisogno: & però col frequente uso di questi sapori, che tanto desideriamo, ne mangiamo alle volte in tanta quantità, quando n' hauemo abundantia, che non è poi marauiglia, se, per hauer mangiato troppo cose dolci, caschiamo in oppilationi del fegato, & della milza, & per li cibi acidi in catarri, & dolori di giunture, & per li salsi in prorito, & in scabbia. Questi sapori poi si accomodano più facilmente alli cibi, poi che non corrispondeno ugualmente a quello, che si beue, & parlando delli vini, non accade a dire altro del sapor salso nel vino, perche non suol essere in uso per beuer, ma dal dolce tanto più bisogna guardarsi, quanto più si beue con maggior auidità, & in più quantità che altra sorte di vino, ma l'acido, che volgarmente si chiama brusco, o c'ha alquanto dell'acido, o del austero, o quello di mezzo sapore non è mai di danno, pur che si beua con misura da quelli, alli quali è utile, & accomodato.

Nota che si come nel vètre il primo nutrimento è il dolce, così è anco dopo che siamo nati.

Come il sapor acido, & salso si desidera.

Il danno che portano questi sapori, quando se ne piglia in troppo quantità.

Come questi sapori s'accomodano più facilmente alli cibi che a quello che si beue.

Per qual causa il vino dolce porta tanto danno. Quali sapori nei vini non sono di danno.

Come quelli c'ha no le carni molli hanno di bisogno di maggior nutrimento, & quelli, che le hanno malsicche hanno di bisogno di manco.

Li spagnoli non patiscono molto per non mangiare.

Li gran beuitori non possono comportar la fame né molta euacuazione.

Nota che quelli c'ha no più fame che sete hanno il corpo sodo.

Quelli ne i quali è gran sete si fa anco gran risoluzione d'humore.

In qual modo si conosce che vno habbia mangiato, & beuuto troppo.

In somma bisogna dir che quelli c' hanno le carni tenere, & molli, come sono le donne, li fanciulli, & li gioueni, hanno bisogno di maggior nutrimento, che quelli, c' hanno le carni massiccie, perche si consumano facilmente dal caldo, & massime se hauerano la febbre: li magri poi, & che hanno la carne sode, & che si nutriscono di cibi parimente sodi, come sono li spagnoli, non patiscono tanto per mangiar poco, & niente; per il contrario li gran beuitori di vino non possono comportar lo star digiuni, se non con difficoltà, nè manco alcuna frequente, & copiosa euacuazione, perche il loro nutrimento subito si risolve: quelli c' hanno più fame, che sete, hanno anco le carni, & tutt' il corpo più sodo, & più massiccio, & in quelli che sempre hanno sete, & mai fame è maggior la risoluzione che in essi si fa, che non è quello che si ritiene: se alcuno dopò pasto hauerà troppo sete, sarà segno c' hauerà mangiato troppo, s' hauerà la respiratione densa, sarà segno d' hauer beuuto troppo, però bisognerà che questo beua alquanto manco, & quell' altro, che mangia manco del suo solito.

Se poi

Se poi alcuno a pasto hauerà preso oglio, o con insalata, o con qualche altro cibo, & che poco dipoi se lo senta passar per le fauci, si può tener per certo, che costui hauerà beuuto troppo, poiche l'oglio nuota sopra la beuanda, quando è troppo, & salisse per la gola alla laringe, & alle fauci. A costui quasi subito dopò cena, o verrà gran sonno, o almeno gli occhi se li faranno graui, però bisogna che tardi andar a letto, due, o tre hore, acciò che in tanto, almeno parte di quella gran beuanda, o si euacui per via dell'orina, o si consumi nello star svegliato, altramente sarà inquieto tutta la notte, & sarà trauiagliato da molti, & frequenti vomiti, se ben leggeri; il che porta non poco danno, a i denti, & al capo, quando ciò spesso accade.

Alcuno potria aspettare, ch'io determinassi, se la cena deue esser più copiosa, che il pranzo, ma mi pare che tal questione sia poco meno, che vana, essendo cosa naturale, & generale a tutti gli animali di pigliar il suo cibo pur che possano, quando n' hanno di bisogno, però a quelli che s' affaticano tutt' il giorno, sarà più utile mangiar manco la mattina, che la sera, perche dopoi possono riposar a suo modo, onde da i Greci il pranzo fu detto δειπνον δὲ τὸ εἶν προεὶν quasi che dopò pranzo bisogna durar fatica, la quale non si può durar se il corpo è pieno. Ma la cena si chiama in Greco δόπρον δὲ τὸ εἶν ὑπὸ πόνου quasi che finita quella battaglia, si deue riposar, & per questo si deue mangiar meglio, & in più copia, con tutto questo però, bisogna, che ogni vno faccia esperienza di se stesso, & consideri bene qual più gli gioua, tal che potrà poi seguir in quello, che si troua utile, & schiffar con diligentia quello, che l'offende, poi che Hippocrate dice, che non si può trouar maggior certezza che il senso del corpo: nondimeno quelli che desiderano d' hauer il corpo più pieno, & più grasso, gli conuiene mangiar più la sera, che la mattina, pur che però la loro natura lo comporti facilmente, perche di notte, & massime quando si dorme, non si caccia quasi cosa alcuna fuori del corpo, l'huomo per ordinario non sputa, non si purga il naso, li spiriti visui non si risolvono per il guardar così spesso, non si rende così spesso l'orina, come di giorno, nè manco si fa alcuna risoluzione dall'aria, che ne circonda, perche per l'ordinario l'huomo sta ne i luoghi chiusi doue dorme, finalmente quasi tutt' il nutrimento si ritiene, & si consuma quasi per tutt' il corpo. Per il contrario di giorno, si fa grandissima risoluzione dal moto del corpo, dalle attioni delli sensi, dai sputi, da quella materia, che viene dalle narici, da gli escrementi dell'orina, & del ventre, dalle lacrime alle volte, da gli escrementi

Come si conosce che vno habbia preso oglio nel cibo, & habbia beuuto troppo.

L'effetto che ha l'oglio ne i cibi quando vno ha beuuto troppo. Ciò c' ha da far in questo caso. Il danno che seguita da questo disordine.

Come la questione del pranzo, & della cena è vana.

A quali è più utile il mangiar manco la mattina che la sera. Nota il significato del pranzo.

Nota il significato della cena.

Come l'Autore determini questa difficoltà.

A quali conuiene mangiar più la sera, che la mattina.

Come di notte non si caccia fuori del corpo alcuna materia per l'ordinario.

Come di giorno si fa grandissima risoluzione.

delle orecchie, dal ragionar, dalli pensieri dell'animo, dalle vigilie, dal calor del celo, dalla frequente mutatione dell'aria, che nè circonda, & per l'attrattione che fa l'aria a se stesso fuori del nostro corpo, tal che bisogna concluder, che, se la mattina si mangia assai, si fa anco grande resolutione, & per il contrario, se la cena si mangia meglio, quasi tutto si ritiene, & per questo la cena copiosa gioua più per ingrassare, che non fa il pranzo. Però se non vi è altra differenza, giudico che non importi mangiar più la sera, che la mattina, nella mattina più che la sera. Pur che però l'huomo auuertisca a questo, cioè quando ha ben cenato, & che di sua natura sta un pezzo prima che vadi a letto, & poi dorme bene, può sicuramente cenar sempre a quello modo, ma se subito dopo cena, ò è assaltato dal sonno, ò che la notte dorme male, costui ha da pensar, che gli sarà più utile mangiar manco la sera, che la mattina.

A quali gioua più la cena copiosa, che il pranzo.
A quali non importi mangiar più la sera che la mattina.

A quali importi mangiar più la mattina che la sera.

Del sonno, & della vigilia. Cap. XIII.

POI c'haueremo detto assai del mangiar, & del beuer, resta che parliamo del sonno, & della vigilia.

Bisogna adunque prima pensare, che per ordine di natura è molto più il tempo che l'huomo vegghia, che quello che dorme, poi che nel vegghiare, è sempre in qualche essercitio, al qual tanto è inchinato, & nel dormire sta totalmente in otio, che tanto gli dispiace: & per questo mentre che vegghiamo, si può dir veramente che siamo viui, doue che quando dormimo siamo più simili a morti che a viui: & perche naturalmente siamo sforzati a dormire, poi che siamo stati vigilanti un pezzo, & appresso gl'instrumenti de i sensi già stracchi per li loro spiriti perduti in gran parte nella vigilia, cercano di riposar, acciò che possano poi con più forza resistere di nouo alle fatiche della vigilia, è necessario che il sonno sia stato introdotto dalla natura, per causa della vigilia, perche tanto è bisogno a seruirsene, sin che gl'instrumenti de i sensi, che prima erano votati si ristorino, acciò che l'huomo di nouo possa ritornar alla vigilia, & alle sue operationi. Il sonno adunque sarà utile, & bono, quando lo stomaco è pieno, poi che se sarà voto, & con fame, è sempre di danno, perche consuma gli humori boni, che vi sono dentro, smagrisce l'huomo, lo fa debile, & tristo, ma se alcuno vorrà dormire a questo modo, per smagrire, si fa per un'altra causa. Il tempo atto al dormire è più

Molto più è il tempo che si vegghia quello che si dorme.

Per qual causa siamo sforzati a dormire.

Il sonno è istituito per causa della vigilia.
Quando il sonno è utile, & buono.
Quando il sonno è di danno, & in qual modo noce.

è più la notte, che il giorno, poiche la notte siamo inchinati al riposo per le tenebre, & il giorno al moto per la luce, ma se la notte non haueremo potuto dormire, è manco male dormire dalla prima hora sino alla terza parte del giorno, che dall'ora in poi. Cò tutto ciò però quando li giorni sono loghi, ancor c'habbiamo dormito bene la notte, se saremo sforzati dormire alquanto di mezzo giorno, è sempre meglio a dormir quel poco inanzi il cibo, che d'altra hora, pur che però la fame non ne molesti, perche all'ora, se sarà restata qualche reliquia di cibo del giorno inanti, il quale, ò per il traualgio della notte, ò per qualche altra causa c'habbia potuto lenar il sonno, non si sia potuto conuertir nella sostanza del corpo, si conuerte all'ora più commodamente, & con maggior sanità, doue che per il dormire dopo il cibo, le poche reliquie del giorno inanti (se pur vi sono) si confondono, hora più, hora manco, con gli humori sottili, & vapori del cibo preso all'ora, onde poi ne nasce il sonno dubioso, & pericoloso. Benche se quella confusione è poca, all'ora, il sonno è breue, & noce poco, ma se è grande, perche quasi sempre forza l'huomo a dormir più lungo tempo, & poi ch'è svegliato, vi resta ancora un poco d'inchinatione al dormire, suol portar gran danno, poi che con il tempo il corpo si fa graue, & pigro più del solito, nascono catarri, l'huomo perde il color suo naturale, & si fa pallido, & quasi attorrito, & patisce nella memoria. Ma se ad alcuno per qualche proprietà non accaderà nessuna di queste cose, anzi se nel svegliarsi si sente più agile del corpo, l'animo più pronto, & la cera più allegra, potrà sicuramente dormir anco dopo pranzo, nel qual tempo è molto meglio riposarsi sopra qualche sedia, con la testa alta, che abbassa nel letto, perche si empie manco la testa a quello, che a questo modo, si come si vede, che le vene di una mano alta, sono vote di sangue, doue che se sarà abbassata, quasi subito s'empiranno.

Et se per sorte occorre, che l'huomo sia sforzato a lenarsi la mattina inanti al tempo, & che per questo bisogna dormir di nouo contra il suo solito per il giorno, se non hauerà fame, sarà bene a dormir inanti che pransi, ma se hauerà fame, potrà mangiar alquanto più sobriamente del solito, & in cambio di vino, beuer ò acqua, ò vino benissimo adacquato, & poi potrà sicuramente mettersi a dormire.

Quanto al tempo che s'ha da dormir, è cosa molto difficile a limitarlo, poi che quello delli bambini, fanciulli, & giouinetti, è naturalmente lungo, nei gioueni manco, nei vecchi è anco manco, se ben douria esser altrimenti, nondimeno, quando è passata l'adolescenza, se il sonno non dura almanco sette hore, rare volte è abbastanza, ma se durarà sette, ò poco più,

Come il tempo atto al dormir è più la notte che il giorno.
Quando si può dormir di giorno, & di qual hora.

Notache il giorno è sempre meglio dormir inanti il cibo, che dopo il cibo.

Il danno che seguita dal dormir di giorno dopo il cibo.

Danni particolari che seguitano dal dormir troppo dopo il cibo di giorno.

Come si conosce che il sonno dopo pranzo noce.

Come di giorno si deve dormir altro, & non colcato, & per qual causa.

Quando di giorno si deve dormir inanti pranzo, & quando dopo pranzo.
Come volendo dormir dopo pranzo, si deve beuer acqua, ò vino bene adacquato.

Li vecchi dormono poco se bene douriano dormir assai.

Il sonno passata l'adolescenza deve esser da sette a nove hore.

Come si conosce quando l'huomo ha dormito troppo.

Come si conosce quando l'huomo ha dormito se non il douere.

Quando si dorme troppo.

Come si conosce quando si dorme poco.

Come si conosce quando ha dormito troppo.

Come la natura comporta che l'inuernata, & la primavera il sonno sia alquanto piu lungo, & per qual caua.

Come nelli vecchi passata la primavera il sonno è piu suauo, & per qual caua.

Nota la vana dottrina de gli Arabi circa l'hora d'andar a letto dopo cena. Come è vanità il determinar il lato che deue tener l'huomo nel dormire.

*più, per insino a noue, spesso suole essere a sufficienza, & questo si cogno-
sce facilmente, perche dopo che l'huomo ha dormito troppo, si vede spesso
sbadagliare, o stendersi con tutto il corpo, o che è molto stracco, & pigro,
ouero che è tristo, con vna certa inclinatione al non parlare. Ma se l'huo-
mo hauerà dormito se non il tempo conueniente, nel svegliarsi, hauerà
la cera allegra, l'animo pronto, & il corpo agile.*

*Colui che ha passato li 22. anni, & che dorme più di sette, o noue ho-
re, passa sempre li termini della sanità, tanto più, & meno, quanto più,
& meno passa le dette hore, ma se dorme meno, sarà poco, & questo si co-
noscerà, se vi sarà indigestione di stomaco, rotti acidi, o puzolenti, flus-
sori di ventre, & che il corpo non solo non si nutrisce, ma più presto si sma-
grisse, se poi l'huomo hauerà dormito troppo, si conoscerà, che li sentimen-
ti suoi non saranno così svegliati, la mente sarà balorda, il capo graue,
la memoria meza persa, il corpo freddo fuor di modo, con abundantia
di flegma, il color brutto, & il calor naturale sarà molto debile.*

*Et benchè il sonno è di gran giouamento in tutti li tempi dell'anno,
s'è moderato, nondimeno all'inuernata, & alla primavera la natura com-
porta, che sia alquanto più lungo, purchè non passi li termini, perche
quanto più cibi solidi si pigliano in questi tempi, tanto più lungo tempo
deue l'huomo dormire, accioche il cibo solido possa più facilmente, &
più commodamente liquefarsi nello stomaco. Bisogna anco saper, che il
sonno nei vecchi, è sempre più suauo, & più lungo passata la primaue-
ra, perche facendosi l'inuernata poca resolutione per il gran freddo, gli
humori restano in maggior copia nel capo, & nel resto del corpo, liquali
poi liquefacendosi, per esser il sole in maggior forza, circa il fine della
primavera, humettano poi facilmente il capo, con tutto il corpo, onde
ne seguita il sonno più lungo, per la copia de gli humori, & più suauo
per la piaceuolezza della primavera, & il medesimo deue ragioneuolmen-
te accader anco alli fanciulli, & alli giouani. Il comandar poi che non*

*si vadi a letto subito dopo cena, ma aspettar (come li Arabi vogliono)
sin tanto che il cibo è calato al fondo dello stomaco, ouero (come altri di-
cono) sin tanto, che sia fatta la prima concottione, nel ventricolo, è di-
ligentia troppo curiosa, com'è anco quella, che commanda che quando l'
huomo s'è colcato, deue prima riposarsi alquanto sopra il lato dritto, &
poi il resto del tempo, dormir sopra il sinistro, percioche non insegnan-
do costoro, come si possa conoscer, che il cibo sia uscito dal ventricolo, nè
manco se il cibo casca da quel lato, nel qual l'huomo si volta, & se le ve-
ne lo tirano fuori dello stomaco inanti che siaben cotto; si può giudicar*

che

*che il lor consiglio è senza ragione, & fondamento, parlando essi in ma-
niera, come se fossero padroni, & che commandassero alla natura, come
che li membri bisognosi del nutrimento, habbiano sempre d'aspettare di
tirare a se il chilo, sin che è fatto del tutto bianco nel ventricolo: oltre
che anco le piante, le quali nel pigliar il nutrimento procedono nello
istesso modo, che fanno li nostri membri, non tirano il loro cibo dalla ter-
ra, (la quale in esse, è come il ventricolo negli animali) sin tanto che
non è ben cotto, ilche si vede anco nei bambini, li quali subito c'hanno
succhiato gran copia di latte, senza alcuna intramissione di tempo, si met-
tono a dormire, & stanno benissimo; lasso hora da canto gli animali bru-
ti, come sono li porci, liquali subito che sono ripieni del suo cibo, dormo-
no senza nissuno nocumento. Però potrà ogn'vno, lassando questa va-
na diligenza da canto, subito, & poco da poi preso il cibo, colcarsi sopra
il fianco dritto, o sinistro, come gli pare, purchè però, poi c'hauerà dormi-
to, per molti giorni, si svegli non vna, ma più, & più volte, cō l'animo alle-
gro, con il corpo agile, con la faccia lieta, & poi che sarà ben svegliato,
non hauerà gli occhi molto humidi, nè la bocca piena di sputi insoliti:
perche altrimenti se si leuarà dal letto tristo, lasso, & pigro, con gli oc-
chi humidi, & con molti sputi in bocca, gli conuerrà mutare quest'usan-
za, & accommodarsi nel sito, & nel tempo, & a quelle cose, nelle quali
conoscerà di sentirsi meglio.*

*Con tutto questo bisogna saper, che quanto più tardi stà l'huomo ad
andar a letto, dopo cena, (purchè il sonno non lo molesti troppo) tanto
più facilmente, & più sicuramente può colcarsi sopra quel lato che più
gli comoda, percioche intanto che l'huomo stà svegliato, il cibo si lique-
fa nello stomaco, & anco è tirato alle vene, quello poi che resta, ilqual
bisogna, che sia più grosso, & più sodo, restando in certo modo senza hu-
more, casca in se stesso, & per questo occupa nello stomaco molto manco
luogo, onde può l'huomo in quel tempo sicuramente voltarsi, da qual ban-
da gli pare.*

*Non bisogna poi anco lassare da canto il sonno, il quale per altra cau-
sa conuiene al fegato, & questo per ordinario si fa nell'arrinare del-
l'aurora, nel qual tempo, (ch'è lontanissimo dalla cena) gli huomini
comodissimamente sogliono riposarsi sopra il lato dritto, al quale è sottopo-
sto il fegato, & quando il cibo già cascato affatto in se stesso, occupa
molto manco luogo di prima, poi che non è più gonfio, com'era nel prin-
cipio, quando entrò nel corpo, per la qual cosa portando il fegato prin-
cipalmente questo beneficio, oltre molti altri, che da all'huomo (come ha-*

Come quello con figlio è senza ragione. Come li membri tirano a se il nutrimento prima che si faccia be biaco.

Quali dormono subito dopo il cibo, & stano bene.

Come ogni vno può colcarsi sopra quel lato che gli mette meglio.

Come si conosce se vno ha fatto be sonno.

Come si deue tar- dar più che si può andar a letto, & all' hora colcarsi come gli pare, & la caua perche.

Nota il sonno ap- propriato partico- lare al fegato, & quando gli conuie- n.

Quando il cibo occupa manco luo- go che mai hab- bia fatto. Il principale bene- ficio che porta il fegato all'huomo.

Per qual via passa il chylo. Nota l'utilità che porta la matrina nel colcarsi sopra il latte ditto.

nemo dichiarato nel libro dell'huomo) di attenuar, & purificar il chylo, del quale s'ha da nutrire l'animale, & c'ha da passare per gli angustissimi rami della vena chiamata porta, & caua, mentre che stà in questo sito, nel qual è premuto dalle viscere vicine, & superiori, caccia fuori di se tutto quello, che in esso si troua, & che potesse fare qualche obstructione, cosa che non è di poca utilità all'huomo, & appresso caccia maggior copia di succo nella vena caua, il quale poi, si come ristora meglio, & più intieramente tutti gli instrumenti delli sensi, così prouoca uno più lungo, & più suauo sonno.

Nota quelli che beuono assai a cena, ancor che gli venga presto sonno non deuono subito colcarsi, ma dormir sopra vna sedia alti, & pche.

Quelli poi che a cena beuono assai più, che non mangiano, perchè il cibo gli nuota nello stomaco, & spesso nello star colcato salisse alle fauci, sarà meglio (se il sonno subito gli sopraggiunge) dormir alquanto sopra vna sedia, con la testa, & il petto alto (purche altro non vi sia incontrario) accioche in tanto l'humor sottile che inui è (ilche si conosce dal sonno, che così presto sopraggiunge) tirato alle vene, faccia che quello che resta nello stomaco, sia più grosso, & manco liquido, & poi fatto questo, potranno colcarsi nel letto: ma se il sonno non li molesta, sarà meglio star vn pezzo svegliati, & in piedi, passeggiar piano, & alle volte ancor sedere, sin tanto che gli humori più sottili, passati dallo stomaco, al resto del corpo, ouero cacciati fuori per via dell'orina, lascino il cibo nello stomaco alquanto più asciutto, & manco humido. Ne in questo luogo posso tacere, ch'io non dica, che saria molto meglio dormir allo scoperto, che in vna casa, doue sia vn buco, per il quale possano passar i raggi della luna, che percuotano quello, che dorme, perchè si come da questo ne seguiva la morte a gli animali bruti, c'habbiano qualche ulcere, così a gli huomini ne segue sempre male di qualche importanza, & questo si conosce per esperienza.

Quando possono poi colcarsi nel letto. Come è meglio star svegliati, & in piedi, & passeggiar, & per quanto tempo.

In qual caso è meglio male dormir allo scoperto. Nota il dano che portano li raggi della luna.

Con queste regole si può facilmente conoscer quanto, & in qual tempo l'huomo deue star svegliato, & appresso si sà, che anchor, che l'huomo naturalmente quando dorme è da poco, otioso, & muto: quando però è svegliato, ancor che si riposi con il corpo, non si riposa però con l'animo, ma sempre pensa, & s'imagina di far qualche cosa: oltre di questo la vigilia è atta a cacciar fuori gli escrementi naturali, cosa che non si può far nel sonno, nel quale il corpo è caldo di dentro, di fuori freddo, nella vigilia è tutto l'opposto: che nella vigilia si caccino fuori gli escrementi, si vede chiaramente, che ciò non si fa mai tanto che l'huomo dorme, se non per accidente, onde poi ne seguiva la fame, è però il proverbio dice, che la vigilia è vorace, che poi il corpo sia nella vigilia di fuori

Come nella vigilia si cacciano fuori gli escrementi naturali.

Nota il proverbio che dice che la vigilia è vorace. Come nella vigilia il corpo di fuori sia caldo, & di dentro manco caldo.

fuori caldo, & di dentro manco caldo, si comprende, perchè all'hora li membri sono più pronti al mouersi: & anco più agili, & hanno bisogno di manco vesti, per coprirsi dal freddo: nel sonno poi è tutto il contrario, essendo li corpi di dentro caldi, & di fuori freddi, poiche la frequente, & densa respiratione, & il moto delle arterie più gagliardo, mostrano manifestamente il caldo delli membri interiori nel sonno.

Come nel sonno il corpo di dentro è caldo, & di fuori freddo.

Et si come il sangue nel sonno si ritira alle parti interiori, come dice Hippocrate, così empie più il polmone, il cuore, & le arterie, & fa tutto quello c'hauemo detto, & per questo alcuni dicono, che il sonno gioua alle viscere interiori.

Come nel sonno il sangue empie il polmone il core, & le arterie.

In somma il dormir troppo, & il veggiar troppo sono causa di molti mali, per questo il cibo, & la beuanda restano crudi, & indigesti, per quello l'huomo s'infaccchisse, & gonfia, come fa il polmone, quando è pieno di vento.

Il danno che porta il troppo veggiare, & il troppo dormir.

Quelli poi che si fanno corpulenti per il dormir assai, sono manco forti, che quelli, che s'ingrossano nella vigilia, poi che questi hanno la carne soda, & quelli altri l'hanno molle, come si conosce da i fanciulli, & dalli gioueni, quando tutti sono grassi, perchè quelli dormono assai, & questi per il contrario dormono molto meno.

Quelli che s'ingrossano per il dormir sono più debili, che quelli che s'ingrossano per lo star veggiati & per qual causa.

Dell'euacuatione, & repletione. Cap. x V.

POI c'hauemo detto assai del sonno, & della vigilia, resta che parliamo dell'euacuatione, & della repletione: poi che adunque gli animali non hanno il nutrimento pronto, come le piante, ma sono forzati a cercarlo altroue (come hauemo dichiarato nel primo libro del mal Francese) la natura gli ha fabricato alcuni instrumenti ne i quali lo riponessero, come in conserua, poi che l'hauessero ritrouato: & appresso, accio che per difetto del nutrimento non si morissero di fame, gli ha dato l'appetito, dal qual fessero spinti ad empirsi più, che fosse possibile (si come hauemo scritto nel detto luogo) & perchè potena accadere, che per la voracità si fosse troppo empito, hauendo abondantia di cibo (poi che non tutto quello che si mangia, & che si beue si conuerte in nutrimento, ma sempre qualche parte se ne passa in escremento) accio che non ne nascesse alcun gran male all'animale, gli ha fabricato altri instrumenti, per li quali il cibo, se fosse fatto inutile, o per esser troppo, o per esser cattiuo, & di mala qualità, si potesse cacciar fuori del corpo, &

A qual fine la natura ha dato alcuni membri a gli animali di riponer il cibo.

A qual fine gli ha dato l'appetito.

A qual fine gli ha dato li membri di riporre li escrementi.

T t per

per questo ha fatto nelli ucelli il gorgozzo, & nelli boui lo stomaco, con il terzo, & quarto ventricolo, & a noi parimente lo stomaco, & alcuni intestini, ne i quali riceuemo, & ritenemo gli alimenti, & poi gli altri intestini, & li meati dell'orina, & altri vasi, per li quali si cacciano fuori gli escrementi, cioè li grossi, per una via, & li sottili per un'altra.

Hauendo adunque l'huomo tanto appetito, quanto gli altri animali, & di più hauendo anco la commodità di prouedersi con la sua diligenza, di maggior copia di cibo, rare volte accade, che non pigli più cibo di quello, che gli fa di bisogno, & che mangiando, & beuendo ogni giorno, non s'empia anco troppo ogni giorno, & che non sia facile a patir di quelle infirmità, che vengono dalla troppo pienezza. Per la qual cosa è necessario, che s'affattichi prima ogni giorno di scaricarsi di questa superfluità, & massime in Roma, & di poi si sforzi con diligenza di difendersi da quelle infirmità, che possono nascer da simil pienezza: il primo hauemo a bastanza insegnato nel libro di lubricar il corpo, il secondo si è già dichiarato in parte in questo libro, & parte meglio si dichiarerà qui abbasso, poi che spesso in varie maniere, oltre quelle, che già ho scritto, se ne offerisse l'occasione di farlo. Prima adunque se occorre che per molti giorni alcuno mangia bene, & poi perde l'appetito, o tutto, o parte, & che alle volte tossisse senza sputare, & abborrisse li cibi soliti, con alquanto di nausea, & non ha sete, a costui verrà, o dolor di testa, o stracchezza di tutto il corpo, o gran copia di sputi, che vengono sì dallo stomaco, con la tosse (come già hauemo insegnato) o rutti puazzolenti, & poi gli può giungere, o flusso di ventre, o febbre: però inanti che venga a questi termini, bisogna che lasci li cibi duri, lubrichi il corpo, se è stittico, & che beua brodi assai, o simili cibi, & se preso c'hauerà queste cose, cognoscerà di poter facilmente vomitare, s'aiutarà quanto potrà: ma senza forzarli: di più beuarà acqua, o poco vino, & bene adacquato, & farà poco esercizio.

Se poi alcuno ha il ventre molle, secondo il solito, quando è tempo di mangiar, sente la fame, non abborrisse il pane, ma ne piglia manco del solito, & mangia più lentamente, & se ben si sforza di mangiar più, non può; costui ha copia grande d'humori nello stomaco, o crudi, o di mala qualità: ma l'uno, & l'altro di questi humori, se bene non possono nutrire, causano però una specie di fame falsa. Acciò che adunque questa superfluità si sminuisca, bisogna mangiar poco, & far poco esercizio,

Vedi per questo Aristotile nel lib. 3. de parte animalium al cap penultimo, & vitimo.

Per qual causa l'huomo piglia più cibo di quello che gli faccia di bisogno. Cio che deue far colui che mangia troppo per non amarsi.

Con quali segni si può conoscer il male che ha da venir per il troppo mangiar.

Quali sono li mali che seguivano appresso a questi segni. Cio che ha da far vino per non amarsi.

Nota altri segni in questo caso.

Cio che ha da far costui per non amarsi.

esercizio, pigliar più spesso brodi ben caldi, che cibi sodi, acciò che se vi è qualche corottione, si possa contemperare con quella noua beuanda, se anco vi sarà crudeltà di humori, si possa più facilmente cuocer con l'aiuto del caldo del brodo.

Se alcuno ha il ventre stittico, & sente grauezza nello stomaco, non ha sete, non ha febbre, gli viene gran fame inanti al suo solito, & se subito non mangia, li pare di venir meno: costui è pericoloso di patire gran dolori di stomaco, vomiti fastidiosi, & facilmente se gli spargerà il fiele per il corpo. Inanti adunque che queste cose gli accadano, sarà bene, che per molti giorni (sin tanto che questa fame gli è cessata, & che il ventre faccia il solito officio) lubricarlo con clisteri leggieri, fatti d'oglio commune, o di mandole dolci, o di simile altra materia, posti mattina, & sera, o almeno una volta il giorno inanti pasto, ouero pigliar mattina, & sera d'una mezza hora inanti il cibo, una di quelle pilole c'hauemo scritto nel libro di lubricar il ventre: onger tutti il ventre di qualche sorte d'oglio, che inui hauemo scritto, guardarli affatto da i cibi duri, & molto arrostiti, pigliar cibi molli, & caldi, beuer acqua, & vino piccolo, & bene adacquato, perche mentre il cibo si ritiene più del douere nello stomaco, acquista maggior putredine, & si fa manco atto a nutrir il corpo, onde poi eccita una fame fastidiosa, & bastarda. Poi che adunque il cibo è molto putrefatto, eccita flatii, dolori grande, & vomiti, gonfia notabilmente lo stomaco, come se fosse tumefatto, il quale poi fatto maggior del suo solito, & inalzato al quanto, inalza parimente la vesica del fiele (la qual, se bene è attaccata al fegato, sta però di continuo posta tra lo stomaco, & il fegato) la caccia verso il fianco dritto, & insieme la stringe di maniera tale, che quasi subito il fiele è sforzato uscir della sua vesica, & entrare nelle vene del fegato, onde poi mescolato con il sangue, passa per tutto il corpo, & fa l'huomo itterico, senza che v'intraenga alcuna ostruttione, o della sua vesica, o d'altro luogo vicino, cosa però che è molto contraria alla commune opinione.

Se un altro per molti giorni inanti hauerà mangiato copiosamente, & poi perde affatto l'appetito, sente dopo hauer mangiato, grauezza nello stomaco, fa certi sputi lenti, & flegmatici inanzi, o dopo il cibo, o nell'un tempo, o nell'altro, non ha sete, è tristo, patisse spesso un certo moto accompagnato da singolto, che finisce in rotto, come se le fauci fossero tirate abasso, & che si spasmasse.

Costui si può facilmente soffocar di notte, dopo cena, dopoi che ha

Nota altri segni sopra di ciò.

Cio che ha da far costui per non amarsi.

Onde nasce la fame bastarda. Cio che fa il cibo putrefatto nello stomaco.

Il sito della vesica del fiele.

In qual modo il fiele esce dalla vesica sua, senza oppilatione, & l'effetto cattiuo che poi fa.

Nota altri segni sopra di ciò.

Qual male può seguir dopo questi segni.

dormito alquanto, mentre che si sforza di vomitar, & non può, il qual accidente, se poco dura, cesserà, con far quanto prima molti rotti, & poi cacciar fuori per lo sputo molta flegma, & viscosa, ma se dura molto più, può facilmente in quel ponto morire, come accade spesse volte a quelli, c'hanno mangiato gran quantità di fonghi, ancor che non siano venenosi: & ben che molti credano, che questo accada dal ceruello principalmente offeso per l'apoplezia, chiamata volgarmente goccia, nondimeno il fatto non è a questo modo, ma più presto è perche, mentre che l'homo cerca di vomitar, & non può (perche la materia è tanto viscosa, & tanto attaccata allo stomaco, che non si può cacciar fuori) contiene il fiato, & non può respirar (come accade a tutti quelli che sono per vomitar) & quasi pare che si soffochino, se questo accidente termina presto, presto anco l'huomo se ne libera, ma se dura vn pezzo, è solito a soffocarlo, o almeno causarli qualche grand' infirmità, & è cosa certa, che tutto questo male non viene dal ceruello, ma dallo stomaco, onde viene anco il rimedio, che dà la sanità, come si può prouar dalla molta ventosità che esce dallo stomaco, per la qual l'huomo si sente più leggiero, & può più facilmente respirare, & poi dallo sputo copioso, & lento il quale uscìto, che è, leua del tutto il male. Inanti adunque che questa soffocazione accada, fa di bisogno nettare lo stomaco, o con qualche leggier pilola, presa d'vn' hora inanti al cibo, o vero con questa, o simil beuanda, cioè con vn' oncia, e mezza di mele rosato solutino, & mezza oncia di osimele semplice, & pigliarlo di tre, o quattro hore inanti pranso, per cinque, o sette, o noue giorni, sin tanto che la grauezza dello stomaco se ne parta, lo sputo si sminuissa, & che l'appetito torni: in tanto bisogna mangiar poco, & beuer brodo assai, potrà beuer acqua, ma se vorrà vino, bisogna che sia bene adacquato, gli conuien poi far poco esercizio.

In qual modo l'huomo può morir per il sudetto male.

Che questo male non viene dal ceruello come molti pensano, ma dallo stomaco.

Ciò che s'ha da far per fugire questi mali.

Nota il segno d'altra pienezza, con li mali, & con la cura.

Nota il segno d'altra pienezza, & ciò che può accader, & quello che si deue fare.

Se poi alcuno farà molti rotti, con strepito, & che durino vn pezzo, & che in questo perseveri due, o tre, o quattro volte, & che è inanti, o dopo il cibo, faccia sputi lenti, & flegmatici, si deue pronosticar il medesimo male, al quale anco si può proueder con li medesimi rimedij.

Se alcuno di notte, poi c'hauerà dormito vn pezzo, all'improuiso vomitarà, senz'alcuna difficoltà qualche materia acquosa, s'ha da giudicar, c'ha lo stomaco molto pieno, & che è pericoloso, che la notte seguente, o l'altra non li sopraggiunga quella medesima soffocazione, se non sarà più che parco nel mangiar, & nel beuere.

Nè bisogna lassar di dire, che quelli, che sono nella prima, & nella

seconda

seconda età della vecchiezza, & alli fanciulli di duoi anni, o poco più, li quali mangiano bene, & fanno poco esercizio, patiscono spesso ostru-tione di fegato, o qualche tumore, causato dal troppo nutrimento, che passa per il fegato, & la causa, è perche nelli fanciulli le vene, & li meati sono ancor stretti, nelli vecchi poi li membri interiori, & massime il fegato, se gli fa rugoso, & crespo, come tutti il resto del corpo, tal che la maggior parte delli meati di quelli membri stanno per chiudersi, & per questo tutti gli humori, che iui vanno, iui ancora si fermano, onde poi nè nasce il tumore. A questi gioua molto l'esercizio, se lo possono fare, & tener il ventre lubrico, pigliar spesso cose amare per bocca, le quali fermano l'abbondantia grande del nutrimento, che non corra tutto nel fegato, & che troppo lo empia, & se questo non si può così compitamente fare, almeno non la lassano fermare troppo in quello membro, perche con la sua amarezza stimolano la natura all'espulsione, & da questo si può conoscere, che le cose amare sono molto conuenienti alli fanciulli, non solamente per causa delli vermi, ma anco per quest'altra causa, li quali spesso hanno il suo male nel fegato, se bene è stimato, che il dolor sia nello stomaco, & massime quando molesta il fianco dritto.

Bisogna anco saper, che se alcuno hauerà la salina molto salata, & che in bocca vi siano ulcere picciole, o vero che li occhi siano molto humidi, che il corpo è molto pieno d'humori.

Quelli poi che sputano spesso gran copia di salina acquosa, sogliono essercitarsi, o poco, o niente, o c'hanno lassato il suo solito esercizio, o che beuono troppo, o c'hanno il ventre stittico: a quelli gioua il vitto ordinario, che dia poco nutrimento, questi poi gli conuien mutar il cibo incontrario. Se alcuno dopo pranso, o dopo cena contra il suo solito, sbadaglia, o fa rotti, o ha gran sonno, è segno, che ha mangiato, o beuuto troppo, o che ha posto nello stomaco humori crudi, sopra crudi, o almeno, che li verrà qualche mala dispositione nella testa: costui ha da guardarsi dal vino, ha da mangiar poco, ha da lubricarsi il ventre leggiermente, & poco, ma spesso, poi che quando è vacuo, tira gli humori, & dallo stomaco, & dalla testa.

Quando alcuno ha perso il gusto, che solcua hauere non solo del vino, ma anco dell'vua, o della carne, o del aceto, bisogna creder, che nello stomaco, sia qualche humor superfluo, che impedisse questo appetito: a questo si prouede, con il temperar quell'humore con molti brodi, o vero (come poco fa s'è detto) cauarlo dal corpo con molte purgationi,

ma

Come li putti, & li vecchi patiscono ostru-tione nel fegato, & la causa perche questo accade.

Come le vene nelli fanciulli, & nelli vecchi sono strette, ma per diuerse cause, & quali sono queste.

Quello che gioua a questo.

Nota che le cose amare sono molto bone in questo caso, & per qual causa.

Come, & perche le cose amare sono vili alli fanciulli.

Come li fanciulli hanno così spesso il suo male nello fegato come nello stomaco.

Nota vn'altra forte di pienezza.

Nota vn'altra forte di pienezza.

Ciò c'hanno da far questi tali.

Nota li fogni d'una altra pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

Nota vn'altra forte di pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

ma leggieri, ò vero con la molta parsimonia del viuere.

Nota vn' altra forte di pienezza, & come si conofce.

Ciò c' ha da farco ftui.

Poco differente da costui è quell' altro, il quale si trista, ò che si corroccia, senza causa manifesta, ò che non gusta li suoi soliti cibi, & beuande, ò che giudica senza ragione, c' habbiano mutato il sapore. Il che procede, ò che non ha fatto la sua concottione, ò c' ha troppo pienezza nello stomaco: se costui sarà stato troppo vigilante, giouerà il dormire, se si sarà faticato troppo, il riposare, se non hauerà bisogno nè dell' vno, nè dell' altro, gli giouara star tardi a mangiar, & anco star sobrio, beuer acqua, ò vino bonissimo adacquato, nutrirsi di cibi liquidi, & hauer il ventre lubrico.

Nota vn' altra forte di pienezza.

Ciò c' ha da farco ftui.

Quando si deuono mangiar herbe, & di qual forte.

Come quelli che mangiano poco sono di curta vita.

Come il mangiar bene gioua a viuere longo tempo.

Nota vn' altra forte di pienezza.

Ciò che può accader a costui, & come.

Ciò c' ha da farco ftui.

Nota vn' altra forte di pienezza.

Se alcuno inanti cena farà contra il suo solito molti sputi, lenti, & flegmatici, darà inditio, che ha nello stomaco gran crudità, & che prima ha mangiato troppo, però bisogna che a cena mangi di quelle cose, che danno poco, & leggiero nutrimento, tal che ha da lassar le carni, & l'oua, & simili cibi, & anco ha da mangiar poco pane, con molto brodo, & con herbe, che facilmente si cuociano: se hauerà sete, beuerà vino più adacquato del solito.

In questo luogo bisogna saper, che quelli, che mangiano meno di quanto la natura comporta, non possono esser di molto longa vita, & benche alle volte accada che per lo star sobrio l'huomo si sente riscaldare, nondimeno è necessario, che in tanto il corpo si sminuisca, & si esficchi, per il contrario se l'huomo moderatamente si empie di cibo, & non viene mai a termine, che il corpo habbia bisogno di nutrimento gioua infinitamente a viuere longo tempo.

Se alcuno caccia fuori molte ventosità, & di sopra, & di sotto, puzzolenti, & d'odor di solfo, mostra, che quelle materie, che si douriano cacciar fuori, restano nello stomaco, & nelli intestini, & che in putrefatte, rendono così mal odore: a costui è necessario, che vi sopraggiunga, ò flusso di ventre, ò vomito, ò finalmente febbre, perche si come quelli flati puzzolenti escono per il ventre, & per la bocca, così ancora passando a tutt' il corpo (come può accader) accendono la febbre. Prima adunque che questo accada, sarà bene lubricar il ventre, pian piano leggiermente, & spesso guardar si dal vino, se è possibile, & nutrirsi di cose liquide.

Colui, il quale contra il suo solito fa gli escrementi del ventre bianchi, si può giudicar che ha gran pienezza d'humori lenti, & grossi, che sono attaccati alle toniche dell' intestini sottili, & che ciò sia vero, abborisce ogni sorte di cibo, & di più ha sete, ma non gli diuetta il be-

uer,

uer, si sente nausea, con tensione di tutti duoi li fianchi, sente il corpo tutto graue, & stanco senza alcuna causa: costui è pericoloso, che quelli serosi humori, che passano per le vene, non si corrompino, & che di poi non se gli sparga il siele per tutt' il corpo. Però inanti che questo accada, è bene pian piano purgarlo con medicamenti amari, & composti con qualche liquore, com' è l' aloe lauato, ò preparato con l'infusione di reubarbaro, alla quantità d'vn scropulo, con beuer gli appresso il decotto di cicorea, ò di acetosa, ò del trifoglio acetoso, chiamato volgarmente Alleluia, alla quantità di tre oncie, pigliando il tutto di tre, ò quattro hore inanti il cibo mattina, & sera.

Se fuori per il giorno alcuno si sente quasi prouocato dalla tosse, con non sò che nelle fauci, che gli da molestia, & la notte subito, che s' è colcato, & dopò per vn pezzo, è sforzato a sputare, & dopò c' ha dormito sente certa grauezza nello stomaco, si può giudicare, che questi sputi vengono dallo stomaco, & non dalla testa, poi che nel giorno, per esser la testa alta, gli humori calano più facilmente al basso, cosa, che non si può far di notte, per esser bassa, doue che in questo caso intruiene il contrario, perche quando l'huomo sta colcato, gli humori scagliano più facilmente dallo stomaco alle fauci, che quando sta in piedi, poi che caminano più facilmente per il piano, che all' alto: costui si ridurà in sanità con li medesmi rimedij, c' haueremo detto di sopra, leuate però quelle beuande.

Se alcuno poco dopò pranso, senza causa manifesta, si sentirà contra il suo solito vna leggier grauezza, ò dolore nello stomaco, & hauerà fuori del tempo suo solito, hauuto benefitio del corpo di escrementi, ò sodi, ò liquidi, bisogna che costui habbia troppo empito lo stomaco, & che in esso sia notabil indigestione: a costui sarà di molto utile, non mangiar a cena nè carne, nè oua, nè pesci, nè cascio, nè cibi di farina non fermentata: ma solamente vna minestra d'herbe facili da cuocer, ò vero pane con brodo, beuerà ò poco, ò niente di vino, & se sarà possibile, beuerà solamente acqua.

Se per sorte la stagione del tempo sarà Australe, & humida, & che vno dopò hauer mangiato secondo il solito suo, hauerà però il ventre stittico, contra il suo solito: si può dubitar, che costui dopò pranso, & auanti cena, sarà assalito da sonno parimente insolito, & poi gli sopragiongerà vna strauagante satietà, & poi vomito: la cura di questa indisposizione sarà, quando incomincia questo sonno, di mangiar poco, & lubricar spesso, & leggiermente il ventre.

Ciò che può accader a costui.

Ciò c' ha da farco ftui.

Nota vn' altra forte di pienezza.

Quando li sputi vengono dallo stomaco, & non dalla testa.

Quando li humori scagliano dallo stomaco alle fauci.

Ciò che s' ha da far in questo caso.

Nota vn' altra forte di pienezza, & li segni suoi.

Ciò c' ha da farco ftui.

Quando s' hanno da mangiar herbe & di qual forte.

Nota vn' altro caso.

Quello che può accader in tal caso.

Ciò c' ha da farco ftui.

Colui

Nota vn'altra for-
te di pienezza.

Colui il qual mentre che mangia non può pigliar la sua beuanda solita in vn tratto continuo, bisogna c'habbia lo stomaco molto pieno d'humori grossi, & però ha di bisogno, che si euacuino, poi che mentre, che stanno iui dentro, impediscono, che la beuanda non può passare.

Vn'altro caso.

Se alcuno sente punture per lo stomaco, quando è pieno, non deue mangiar carne, nè cibi solidi: ma liquidi, & acquosi.

Vn'altro caso.

Se alcuno, ò maschio, ò femina, che sia si sentirà contra il solito le mamelle piene, & quasi con dolore, si può giudicar, che costui è pieno di troppo nutrimento, & però bisogna leuarcelo.

Vn'altra pienezza.

Se ad alcuno gonfiarà il ventre dopò hauer beunto, ò mangiato, ò si peserà che se gli gonfi, si può giudicare c'habbia mangiato più del douere, & che per questo sia nata qualche ostruptione nelle vene dello stomaco, che non lascia poi passar il nouo cibo: costui ha da usar cose amare, & lubrificarsi il corpo legghiermente, & spesso, se sarà stitico.

Ciò c'ha da far co
stui.
Vn'altra pienez-
za.

Il medesimo sarà, se dopò c'hauerà mangiato assai, si sentirà gonfiare senza causa manifesta, circa alla punta del petto a basso, poi che questo gli auuicne dal troppo cibo, che si trattiene nello stomaco; però bisogna leuargli parte del cibo, & scaricar pian piano lo stomaco.

Ciò c'ha da far co
stui.Vn'altra pienez-
za.

E' anco util cosa ricordarsi, che quando vno ha poca nausea, & che l'euacuatione del ventre è manco del solito, ancor che sia rauco, & spunti flegma assai, che nondimeno queste cose non vengono dalla testa, ma dallo stomaco, troppo pieno, & che bisogna prouederli con li medesimi rimedij, c'hauemo detto poco di sopra.

Ciò c'ha da far co
stui.Vn'altra pienez-
za.

Colui che dopò pranso, ò dopò cena ha gran sete, & la bocca amara, bisogna concluder c'ha mangiato troppo, & c'ha bisogno di cose liquide, sin' che è cessata la sete.

Ciò c'ha da far co
stui.Vn'altra pienez-
za.

Quando alcuno per molti giorni ha mangiato, & beunto bene, & poi sente vna poca acqua intorno alli occhi, che quasi gli offusca la vista, s'ha da creder, che il ventre, & le vene iui intorno sono troppo piene di nutrimento, costui deue spesso, & legghiermente lubricar il corpo, beuer poco, & più presto acqua, che vino, pur che possa.

Ciò c'ha da far co
stui.

Vn'altro caso.

Per il contrario, se vno, il giorno inanti hauerà mangiato, & beunto poco, il giorno seguente poi senza causa manifesta hauerà la voce bassa, & sarà tristo, ha bisogno di nutrimento.

Vn'altra pienez-
za.Ciò c'ha da far co
stui.

Quando alcuno dopò c'ha mangiato, ò anco vn' pezzo di poi, farà due tre, & più volte rotti simili al cibo, c'ha preso, sarà segno, che quel cibo, ò è troppo, ò è contrario a quello stomaco, però bisogna per l' hora, ò leuarlo del tutto, ò almeno leuarglielo pian piano.

Quando

Quando alcuno per molti giorni ha mangiato bene, & che dopò pran-
so, più presto, & più spesso del solito, fa l'orina bianca, ò scolorita, bi-
sogna c'habbia il ventriculo troppo pieno, & per questo può dubitar, che
non gli venga dolor, ò di capo, ò di stomaco, ò che gli sopra giunga il
vomito, ò il flusso di ventre, però inanti che questo accada, bisogna le-
uargli parte del cibo, & beuer acqua, ò vino ben' adacquato, & sopra il
tutto tener il ventre lubrico.

Vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far co
stui.

Quando vno nell' entrar nel letto, doue non sia fatta mutatione alcuna, gli pare di ritrouare il letto in altra maniera, di quello che sia il suo solito, nè può riposar se non con difficoltà, & sente tutti li suoi membri graui, talmente che, se mette l'vn piede sopra l'altro, vna mano sopra il petto, & il capo sopra il guanciale, sente che tutti questi membri gli pesano fuori del suo solito: bisogna pensar che questa grauezza, ancor che possa proceder da altre cause, nondimeno vien quasi sempre dal troppo mangiar, però bisogna prouederli con li medesimi rimedij c'hauemo detto di sopra.

Vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far co
stui.

Se ad alcuno verranno fuor del solito, per il volto certe piccole gonfiationi, ò cicolini, è necessario che vengano per il troppo mangiar, però gli gionerà, mangiar poco, & beuer acqua, s'è possibile.

Vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far co
stui.

Colui alqual spesso duole il capo, ò che se lo sente caldo fuor dell'ordine naturale, se altro non si vede incontrario, s'ha da concluder, che procede dal troppo mangiar, & che bisogna prouederli con li sudetti rimedij. Quando vno, mentre che è a tauola per mangiar, non può beuere la sua solita beuanda, quasi che la natura la rifiuti, & se pur la beue, subito pare che gli occhi se gli gonfino, & che quasi vi corrimo delle lacrime, si può creder che costui ha troppo cibo nello stomaco, & però bisogna leuarglielo.

Vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far co
stui.Vn'altra pienezza,
& ciò che in ella
accade.Ciò c'ha da far co
stui.

Il simile è di quell' altro, il quale beue tutto quello che è solito a beuer, dopò c'ha mangiato, ma però con qualche fatica della respiratione, & contra il suo solito: è necessario c'habbia qualche ostruptione nello stomaco, & nelle vene vicine, & gli conuiene lassar la carne, & il vino, & mangiar poco pane, con herbe, & cose che danno poco nutrimento.

Vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far co
stui.

Se vno, mentre che è sano, si sente spesso la bocca amara, bisogna che habbia lo stomaco alterato da qualche cibo corrotto, ò che faccia poco esercizio, la prima causa si conoscerà, se inanti hauerà mangiato assai, la seconda, se prima sarà stato troppo a riposo: nel primo bisogna sminuir il cibo, & nutrirsi di cose humide, & di poca sostanza, nell' altro far maggior esercizio.

Vn'altro caso.
Da qual causa pro-
cede questo caso,
& come li cono-
sce.Ciò c'ha da far co
stui.

Vn Se

vn'altra pienezza.

Se alcuno dopò hauer per molti giorni mangiato bene, & beuuto meglio, si sentirà alcuno dolore circa alle coste inferiori, dalla banda sinistra, & poi in quel medesimo luogo, si sentirà morsiare, bisogna c'habbia lo stomaco pieno d'humori corrotti, & che presto gli sopraggiunga dolor di testa: costui si ridurrà in sanità con li cibi liquidi, & leggieri, li quali contemperino quelli humori vitiosi, che sono nello stomaco, & di più conuerrà pian piano nettarli il ventre.

vn'altra pienezza.

Se ad alcuno, mentre che passeggià, ò monta in qualche luogo alto, gli esce del corpo fuori del suo solito vn' leggier sudore, ò humore in forma di rugiada, s'ha da pensare che quello corpo, & massime il ventriculo, & gl'intestini siano molto pieni, però bisogna leuargli vn' poco del cibo, & purgarlo pian piano, con pilole leggieri, ò simile altro medicamento.

Ciò c'ha da far co
stui.

vn'altra pienezza.

Se ad alcuno si scopriranno ulcere bianche, con sapor salso in bocca, s'ha da pensar, c'habbia posto insieme gran copia di nutrimento, & c'habbia il capo troppo pieno: se adunque hauerà molta salua in bocca, si potrà sicuramente purgare per dabasso, con medicamento conueniente, ma se non l'hauerà, gli conuerrà beuer dell'acqua, mangiar cibi bolliti, & in poca quantità, & tener spesso in bocca foglie di oliua, & acqua salsa, & proueder che il corpo sia lubrico.

Rimedio nelle vl
cert della bocca.vn'altra pienezza
& ciò che in essa
si uole accader.

Quando alcuno dopò c'ha pransato, secondo il solito suo, non si può guardar dal dormire, & poi, inanti che ceni, senza causa si fa quasi rauco, & sputa humori crudi, & poi nel cenar, prima ch'arriui a mezzo il pasto, in vn subito perde l'appetito: costui non è manco pieno de gli altri, la notte sequente dormirà poco, sputerà assai, & spesso, & hauerà gli occhi graui, & humidati: costui non può far cosa miglior, che subito, che gli cessa l'appetito, ò mangiar pochissimo, ò restar del tutto di mangiare.

Ciò c'ha da far co
stui.

vn'altra pienezza.

Se ad vn sano, verrà sonno innanti cena, fuori del solito suo, (saluo se forse sarà stracco, per hauer durato fatica) bisogna, che prima habbia mangiato assai: costui adunque deue cenar sobriamente, & pigliar cibi facili a liquefarsi, se già non li piglia realmente liquidi, & che dia no nutrimento leggiero, & sopra il tutto si guarderà dal vino.

Ciò c'ha da far co
stui.Nota quelli che
mangiano solamē
te vna volta al
giorno.Ciò c'hanno da
far costoro.
L'effetto cattiuo
del vino puro.

Quelli che mangiano solamente vna volta al giorno, & che all' hora s'empiono di cibi fuori di misura: sarà meglio, che beuano, ò acqua, ò vino piccolo, & poi anco con molta acqua, che beuer vino, ò puro, ò con poca acqua, percioche il vino (come di sopra hauemo detto) fa che il cibo si cuoce più tardi, & quando l'huomo ha tanta copia di cibi nello stoma-

co, ò

eo, ò che impedisse, che non può dormir, ò che fa li sonni turbati.

Bisogna anco saper che quelli, che non fanno essercitio, paragonati a quelli, che ne fanno, & si nutriscono d'uguale quantità di cibo, cacciano fuori del corpo maggior copia d'escrementi, & gli altri poca, purchè però siano sani, & che nel resto viuano, come si deue.

Nota che quelli, che non fanno essercitio, fanno più escrementi, che quelli che lo fanno.

Quelli poi che mangiano, & beuono alquanto manco di quanto comporta la natura sua, viuono bene in sanità, ma quasi sempre sono debili, spesso tristi, & qualche volta ancora melancolici, & forse anco viuono manco, come di sopra hauemo detto.

Come quelli che mangiano, & beuono poco, sono sani ma debili, & viuono manco, & come.

Quelli poi che mangiano, & beuono molto manco di quello che richie de la loro natura, non solamente sono tristi, & timidi, ma anco pigri in ogni sua operatione, dormono pochissimo, & fanno li sonni turbati, & spauentosi, & perche il corpo loro s'assuefa a non nutrirsi, orinano spesso, & sono traugiati da molte, & insolite ventosità, & che più importa moiono inanti al tempo.

Come quelli che mangiano molto manco, patiscono varij mali, & quali.

Come quelli che mangiano molto poco, orinano sempre spesso, & moiono presto.

Quelli, che in pueritia stanno in otio, & mangiano, & beuono assai, son molto atti a diuerse infirmità, sin' tanto, che non entrano nella giouentù, ma se haueranno il beneficio del corpo, due, ò tre volte, tra il giorno, & la notte, & che ne escano tanti escrementi, che siano proportionati alla quantità del cibo preso, saranno più sani, & più forti, che se mangiassero, & beuessero manco, come sono le ocche, & li pesci, li quali pigliando il loro cibo con l'acqua, se bene spesso smaltiscono, sono però sani.

Quali sono li putti infermi.

Quali sono li putti sani.

Quelli, che si sentono in vn tratto gonfiar il ventre subito c'hanno mangiato li frutti, ò altre cose, che si mangiano dopò cena, bisogna che habbiano mangiato troppo, alche si prouede con mangiar molto manco, nel pasto che seguita.

A quali gonfia il ventre dopò pasto.

Quelli, che di natura hanno il ventre lubrico, possono sicuramente mangiar assai bene, & in quantità, che quasi sono sicuri di non amalarfi.

Quali sono sicuri di non amalarfi.

Oltre di questo può ogni vn' mangiar maggior quantità di cibi più humidati, che secchi, come fanno li caualli, li quali mangiano, & digeriscono più herba verde, che fieno.

Quali cibi si possono mangiar più sicuramente.

Nota l'essempio delli caualli.

Bisogna anco saper, che li membri interiori nei corpi sani possono empirsi più sicuramente di cibo, & in maggior quantità nella primavera, che d'altri tempi, perche all' hora il corso del sole, che è nel mezzo del suo auzumento, inquanto a noi, fa che li corpi hanno maggior appetito, & più presto cuocemo li cibi, in segno di ciò si vede, che le piante in

In qual tempo si può mangiar maggior quantità di cibo.

Vedi l'essempio delle piante.

Vu 2 quel

quel tempo cacciano fuori, & le foglie, & li fiori, & che tirano gran copia di succo dalla terra, come dimostra la vite se è tagliata.

Mà quelli, che hanno da caualcar tutt il giorno, dalla mattina alla sera, & c'hanno d'andar a caccia, & che in somma per qualche negotio non possono pransare, secondo il solito suo, si preseruaranno dal danno che può nascer, per lo star tanto senza mangiar, se in luogo di pranso pigliaranno vn poco di pane posto nel vino, ouero vn pezzo di pasticcio, con pane, & poi beueranno vn poco di vino, & vn' ouo, & dui duri, ouero vn pezzo di polpa di cedro, condito, & vna scorza di mel rancio parimente condita, ouero due, & tre noci pur' condite, con il mele, & simili altre cose. Poi che queste confettioni, si come sono dure da digerir, così mātēgono lo stomaco tutt il giorno, accioche possa sopportare quell'astinentia senza molestia, & poi possano cenar con maggior appetito, che non habrebbero fatto, s'haueſſero pransato bene: finalmente bisogna concluder, che la fame venga per due cause, & perche la cauità del ventre non ha in se cosa alcuna, & perche ha in se qualche humore, che non si può conuertir in nutrimento: la sete poi viene, quando manca il nutrimento nelli membri solidi.

Et perche li corpi in questa Città (come già hauemo detto) presto s'infischiscono, & facilmente smagriscono per li nutrimenti, & cibi flusibili, bisogna anco concluder, che a volergli purgar spesso, & molto con medicamenti, non solo è di pericolo, mà anco fa presto inuechiar l'huomo.

Del coito. Cap. xvi.

SIN'HORA hauemo parlato dell' euacuatione, & repletione, hora parlaremo del coito, in quanto che si riduce sotto l'euacuatione, & perche ha origine dall'abondantia del nutrimento, ne seguita, che quei nei quali il nutrimento non è copioso, come sono li fanciulli, & li vecchi, non sono naturalmente inchinati al coito, nel quale, perche spesso accade, che l'huomo incorre gli ne seguita gran lesione, & perciò colui che vorrà fuggir questi pericoli, & viuer senza moglie, sarà bisogno che mangi poco, & attenda all'estenuar il corpo, si guardi dal vino, non stia mai in otio, & attenda a macerar se stesso con digiuni, & per ciò con vigilie, & con tranagli.

Quello

Quello poi c'ha moglie, & che voglia far il debito suo con lei, potrà usar il coito assai liberamente dall'anno 21. sin' al 35. da quel tempo sin' al 49. procederà più parcamente in questo: dal 49. sin' all'anno 63. molto più parcamente: da li inanti, faccia conto di non usar più il coito, eccetto se non vi sarà spinto più che forte dalla natura, ma non già da incitamenti esterni, per hauer visto cosa che gli piaccia, perche essendo il seme ottimo nutrimento, se fuori di tempo sarà cacciato fuori, ilche accade passati li anni 63. è quasi necessario che l'huomo non solo smagrisca presto, mà anco s'affretti il fine della vita molto più presto.

Et in questo luogo bisogna saper, che quelli, che nel usar il coito mandano presto fuori il seme, se, per qualche poco di tempo, si nutriranno di pochi cibi, s'interteranno alquanto più di mandarlo fuori così presto, & quelli, che tardi lo mandano, lo faranno più presto, se a digiuno usaranno il coito.

Quelli poi, che con maggior piacer, & diletto voranno attendere a generar figliuoli, & che per questo hanno bisogno di maggior quantità di seme, usaranno il coito con maggior efficacia, & con maggior diletto, se prima, che si mettano a questa impresa, alla quale per ordinario l'huomo si mette con il pigliar moglie, si farà far vna minestra di pan fresco, & di chiari d'oui mal cotti, la qual sia ridotta a forma di latte, & la pigliarà per tre, & quattro giorni mattina, & sera inanzi pasto, nè credo, che si possa trouar cosa più al proposito in questo caso, se bene alcuni lodano li piccioni cò l'vino rosso, & con specie, alcuni il latte di pignoli, alcuni li stinchi, altri le passere, altri quella specie di fonghi, che si chiama Bulbo, & altri il confetto chiamato diasatirion.

Quando il coito si usa troppo, fa il ventre stittico, noce infinitamente a gli occhi, ai nerui, & allo stomaco: nel respirar troppo spesso, come si fa in quell'atto, s'empiono li polmoni di troppo sangue; onde ne seguita poi difficoltà di respirar, & alle volte ancora il sputo di sangue.

Bisogna anco saper, che il coito è sempre di grandissimo danno quando l'huomo l'usa dopo c'ha durato gran fatica, dopo gran fame, dopo gran sete, dopo gran sudore, & poi che si sarà empito assai.

Noce ancora infinitamente a quelli che mangiano manco del solito, perche quanto manco nutrimento pigliano, tanto manco ne possono hauer, & per questo nuoce fuori di modo a i vecchi, perche non possono mangiare tanto, quanto faceuano in gioventù, & a loro accade, come accade al cinamomo, & alli garofoli, poi che gli è stato cauato tutto l'oglio, li quali restano affatto senza gusto, & senza sapore, così accade alli vecchi

In qual tempo si può usar il coito, & in qual si deue andar lentamente. Quando li vecchi possono usar il coito.

Il danno che porta il coito nei vecchi.

Ciò c'hanno da far quelli che nel coito mandano presto fuori il seme. Ciò c'hanno da far quello che tardano a mandar fuori il seme.

Nota vn' rimedio efficace p' aiutar l'huomo ad usar il coito.

Quali sono le cose utili al coito lodate da altri.

Nota il danno che nasce dal troppo coito.

In qual tempo il coito è di danno.

Come il coito noce a quelli che mangiano poco, & a i vecchi.

Nota l'essempio del cinamomo, & dei garofoli.

Ciò c'hanno da far quelli che non possono pransare secondo il solito.

Nota quādo si deueno pigliar gli ouo duri.

Due sono le cause della fame, & quali sono. Qual è la causa della sete.

Per qual causa li corpi in Roma presto si smagriscono. Nota che li medicamenti in Roma sono pericolosi.

Ciò c'ha da far quello che vol fuggir il coito.

Come il coito no
ce alli vecchi .

chi, dopò c'hanno vsato il coito, come priui, & suauiti d'ogni suo olio, & sostanza, restano attoniti, insensati, & alle volte ancor paralitici.

In qual hora si
può vsar il coito.

A vsar poi il coito dopò il cibo, pur che sia moderato, ò dopò il sonno, quando il corpo s'è ristorato, non se gli fa molta differentia, purchè non ne seguiti, nè fatica, nè stracchezza.

In qual tempo del
l'anno è di vtil, &
di danno vsar il
coito.

Nei tempi dell'anno la primauera, è più al proposto, dopò l'inuernata, il terzo luogo è del principio dell'estate, nello autunno è cosa dubiosa, & poco sicura vsarlo.

Per qual causa la
notte è la più com-
moda per vsar il
coito.

L'hora poi del coito, trouo che la notte è la più commoda, perche in quel tempo la virtù non si può risoluer, oltre, che si ristora meglio con il sonno, ilqual vi è sempre congiunto.

Come si conosce
l'hora più cono-
da per il coito.

In somma quell'hora sarà sempre più commoda, & più vtile, nella quale l'huomo dopò il coito si sente più leggiere, & più lieto, & ha la respiratione più facile.

Delle passioni dell'animo. Cap. xvii.

SIN'HORA hauemo parlato dell'euacuatione, & della riptetione, hora resta, che parliamo de gli accidenti dell'animo.

Come gli acciden-
ti dell'animo fan-
no grã effetto nel
corpo nostro.

che questi accidenti habbiano gran forza, & che possano far grandi effetti nel corpo nostro, si conosce chiaramente dalla paura, dalla tristezza, dal dolor dell'animo, (secondo alcuni) da gli affanni, dall'allegrezza grande, (come alcuni hanno scritto) dall'ira, & dall'odio, poi che tutti (leuata però l'allegrezza) essiccano il corpo, lo smagriscono, affrettano la vecchiezza, & alle volte anco sono causa d'una morte subitanea, come sarà una gran paura, alcune altre poi possono esser causa di morte, ma con longhezza di tempo, com'è l'affanno, & la tristezza.

Quali effetti fac-
ciano.

Ciascuno di questi accidenti impediscono la concottione, debilitano le forze, & se nelle donne grauide si scontrano con qualche altri mali, sono causa di farle parturir inanti al tempo, poi che per essi il male alcuna volta s'accresce: se nascono da qualche dispositione di corpo, sono facili da curar, ma se nascono dall'animo, sono difficili da lenare, & che è più, vanno ogni hora di mal in peggio, perche in quelle spesso si può leuar la causa, cioè la infirmità del corpo, dalla quale dipendono, ma nell'altro caso bisogna risguardar molte, & varie cose, essendo difficilissimo

Quali sono quelli
che sono facili, &
difficili da curare.

ssimo da conoscer la causa dell'infirmità, dell'animo, et poiche è conosciuta, è molto più difficile a leuarla, quādo viene dall'istesso animo, è però nelle infirmità del corpo gioua spesso purgare l'infermo, mà in quelle de l'animo rare volte gioua, & se pur gioua, il giouamento vien per accidente.

In somma se questi tranagli nascono principalmente dall'animo, & hanno siffa alta la radice, non ci è veneno peggior all'huomo, ne più pernicioso di questo.

Per dir qualche cosa della paura, se può amazzar subito l'huomo, è manifesto a tutti, che anticamente, & all'età nostra sono intrauenuti simili casi, & in particolare, poco tempo fa, occorse che una donna assai robusta, morì subito per intender che vn' figliuolo, c'hauena, foruscito, & già vn pezzo fa condannato a morte, esser stato preso, & posto prigione.

Vn' altro correndo per la posta, passo, (non sapendo) il fiume del Po, tutto gelato, & richiesto dal padrone, mentre, che presentaua le lettere, a qual hora hauesse passato il fiume, pensando al pericolo di tanta importanza, se ben già n'era del tutto uscito, nondimeno morì subito.

Doi frati Zoccolanti, caminando di mezza inuernata mentre che la terra era tutta coperta di neue, passorno per il lago di Tagliacozzo, che all'hora era tutto gelato, & credendo, che fosse una campagna, andorno dall'una ripa all'altra, talche marauigliandosi li frati in qual modo fussero gionti così presto, poi c'ebbero inteso ch'erano passati sopra il lago, ambiduo subito morirono, talche si può conoscer, che l'huomo può subito morir, non solo per il pericolo presente, mà ancora per ricordarsi del passato.

Non mancano molti altri essempj, che fanno fede di questo medesimo, ma mi pare, che questi siano a bastanza, per prouar che la gran paura può causar subito la morte.

Che l'allegrezza possa far il medesimo effetto, & massime in vn' di poco animo, si può dir che in parte è vero, & in parte non è vero. Ma chiara cosa è, che se la paura può estinguer il vigor del sangue, ouero mentre, che si ritira alli ventriculi del cuore, onde poi ne seguita la soffogatione del calore naturale, (come alcuni dicono) ouero nel congelarlo in vn' tratto, come fa di fuori il freddo, & che facendolo immobile, produca a questo modo una morte subitanea, non è da marauigliarsi.

Perche se bene questi tali sono passati il pericolo della morte certissima,

Per qual causa le
passioni dell'ani-
mo che dipendono
dall'animo sono
difficili da curar.

Quando le purga-
zioni giouano, &
non giouano nelle
passioni dell'
l'animo.

Quando questi ac-
cidenti sono per-
niciosi.

Come la paura
può subito amaz-
zar l'huomo.

Nota vna donna,
che subito morì
per paura.

Nota vn'altro che
morì per paura d'
vno pericolo pas-
sato.

Nota vn'altro fi-
mil caso de doi
frati.

Come l'huomo
può subito morir
per il pericolo pre-
sente, & passato.

Come l'allegrez-
za possa far morir
l'huomo.

Doi modi con li
quali la paura può
causar la morte, &
quali sono.

In qual modo la paura del pericolo passato può causar la morte.

si ma, & già sono in sicuro, nondimeno, hauendo in animo quello pericolo passato, il qual all'hora era totalmente senza speranza di salute, poi che se vi fosse stata qualche fiducia di salvarsi, non potria accader questo, (può esser che lassando da canto affatto la sicurezza della vita) nella qual dopo si truoua, tanto si alteri, che se ne moia.

Perche l'huomo voltatosi subito a pensar a quella morte, della qual è stato a così certo pericolo, & fissandosi tanto nella mente quella imaginatione, come se fosse per affogarsi all'hora in un lago, ò in qualche grã fiume, può subito morire, come intrauenne a quelli c'hauemo detto di sopra, & questo nasce dall'autorità c'hà l'animo sopra il corpo, il quale gli comanda, come vno Rè al suo vassallo, il che si vede chiaramente nelli melancolici, li quali con l'imaginatione falsa di morire, s'appicciano da se stessi, ò che precipitosamente si gettano da alto a basso, doue realmente moiono, & simili altri casi.

Nota vna causa più profonda di questo effetto.

Ciò ch'accade alli melancolici.

Come l'allegrezza causa la morte. Come li spiriti si conferuano nelle arterie dalle quali non possono uscire così facilmente, & causar la morte.

Come si conosce che li spiriti escano dalle arterie.

Che l'allegrezza fa multiplicare li spiriti.

Nota vn'opinione in qual modo l'allegrezza può causar la morte.

Nota vno caso occorso in Padoa sopra di ciò.

Ma che l'allegrezza, con dissipar li spiriti, & cacciarli fuori risolua la virtù subito, & causa la morte, è molto dubbio, in quelli, li quali prima sono stati in grande affanno, perche in questi li spiriti si sono conferuati principalmente dentro delle arterie (come si conosce perche questi non piangono, ma trattengono in se il dolore, & da se stessi si cruciano) dalle quali non è verisimile, che così subito, & in tanta furia possano poi uscire, & causar la morte, & certo è da creder, che, essendo ritenuti dentro dalle arterie tanto anguste, che non debbano poter uscire, se non con grande difficoltà, & quando bene uscissero fuori del corpo, saria necessario in questo caso, che salissero, & penetrassero nelle carni, prima che uscissero fuori del corpo, & che per conseguenza si vedessero gonfie, come accade in quelli, li quali si sforzano di portar qualche gran peso, ouero di portar in alto qualche cosa molto graue, li quali, tenendo in se il spirito, & il fiato, si vede che gonfiano nella faccia, & in tutto il corpo, cosa che non s'è mai vista, nè notata in quelli, che son morti di allegrezza, dopò vna gran tristezza.

Vi s'aggiunge, che l'allegrezza fa multiplicar li spiriti, onde non è poi verisimile, che il sangue possa così subito mancar in quelli, che lo trattengono in se per la tristezza, in modo che non se ne possa più rigenerar alcuno spirito, poi che nell'allegrezza sempre è qualche calore. Però dirà alcuno, che nell'allegrezza l'huomo ride, & può tanto rider, che prouocarà in vn subito lo sputo di sangue dal polmone, come anco l'orina dalla vesica, & si può da questo causar la morte, come occorse già in Padoa ad vn Francese, mentre che leggeua certe lettere. Non sarà

anco

anco fuor di proposito, che alcuno si marauigli, come possa accader, che essendo li spiriti nella grande tristezza, & paura tanto ritirati alle parti interiori, possano così subito uscire fuori, & risoluersi, come dicono alcuni, che così accade nell'allegrezza.

Nè manco vale la ragione d'alcuni, che dicono, che si come la gran paura amazzata in vn subito, così deue far ancor la grande allegrezza, per esser queste passioni contrarie l'vn' all'altra, perche non è vero, che la paura sia contraria all'allegrezza, ma più presto è contraria alla fortezza, poi che il forte, & il timido sono dirimpetto contrarij, & all'allegrezza è contraria la tristezza, come l'allegro si oppone al tristo, il qual si tranaglia non per paura, ma per tristezza.

Può esser anco, che alcuni, senza patir prima nè tristezza nè paura, ma liberi da ogni passione d'animo, moiano però d'allegrezza, come si vede per esemplo in quelli che sono teneri di cuore, li quali, in ogni minima occasione d'allegrezza, gettano lacrime in abbondantia.

Et questo accade, perche li spiriti non s'iritengono dentro nell'animo, ma si spandono in fuori, & escano da tutte le parti, come fanno le lacrime da gli occhi, & benchè ve ne restino alcuni dentro, essendo però l'euacuatione così subita, & così copiosa, è necessario, che ve ne resti dentro manco di quello, che bastano per mantener la vita, sin tanto che se ne tornino a generar de gli altri, & per questo è verisimile, che Filippide Poeta se ne morisse, perche essendo già vecchio, venuto in contesa con certi Poeti, & hauendo hauuto la vittoria, tanto sen' allegro, che morì subito in quell'allegrezza.

Il simile interuenne a Diagora Rodioto, il quale hauendo tre figliuoli assai valorosi, li quali nel combatter in Teatro, haueno superato tutti li suoi concorrenti, in presentia del populo, & in mano de' figliuoli morì subito d'allegrezza, mentre che essi con le corone in capo, delle quali erano stati honorati, abbracciavano, & basciauano il Padre, & il populo gli gettau adosso fiori da ogni banda; costui non hauena hauuto tristezza alcuna, per la quale fossero li spiriti ritirati in dentro, & nondimeno per l'allegrezza, tanta resolutione si fece, che subito morì.

Il contrario intrauenne a quelle due matrone Romane, le quali dicono, che quando gionse la noua a Roma della rotta riceuuta d'Annibale al lago di Perugia, vna di esse incontrandosi alla Porta della Città nel figliuolo sano, & saluo, nell'abbracciarlo se ne morì, l'altra, hauendo inteso che il figliuolo era stato amazzato (ilche però non era vero) si staua trista, sedendo in casa, essendo poi giunto il figliuolo sano, subito che

Nota vn dubbio sopra di ciò.

Nota vn'altra ragione sopra di ciò.

Come la paura non è contraria all'allegrezza, & a qual è contraria.

Come alcuni possono morir d'allegrezza senza altra passione d'animo, & quali sono questi.

Come questo può accader.

Come morì Filippide poeta.

Come morì Diagora Rodioto.

Vedi il mio libro de Rifu al cap. 3.

Nota l'istoria di due matrone Romane le quali subito morirono, & in qual modo.

lo vide, se ne morì, tal che la gran tristezza presa di prima non solo fece che li spiriti uscissero fuori, ma fosse causa che, essendo ritirati al cuore, con maggior impeto tanto vi si fermorno, che non se ne poteron mai più partire, & a questo modo quelle donne quasi soffocate se ne morissero.

Come in queste donne non fu allegranza alcuna.

Tal che si può dir che in questo caso vi fosse allegrezza, per conto de gli altri che le videro, ma in quanto ad esse, perche erano in estremo dolore, senza speranza alcuna della salute de' figlioli, non fu allegrezza, ma mouimento di tristezza fuor di tempo, che le conducea pian piano alla morte, alla quale già s'erano destinate (come si vide per effetto) tal che fatta questa tristezza più intensa, fu causa che la morte, che in ogni modo doueua succeder, ma tardi, venisse così all'improviso.

Come per la vana allegrezza queste donne subito morirono.

Nè è da credere, che quella quasi vana allegrezza, potesse mouer li spiriti alle parti esteriori, li quali già erano per la gran tristezza entrati al cuore, & iui talmente fermati, che più non se ne poteuano leuare, in modo, che da questo suo moto causato d'allegrezza ne potesse seguir la morte, perche tanta era la tristezza, che li spiriti di continuo si moueuan dentro: ma la impensata giunta delli figlioli, come rimedio d'un infermo, che più non era a tempo, fece questo effetto, che mosse notabilmente l'animo di quelle donne, il quale mentre, che era totalmente fisso in quella tristezza, cascò (poi che è, da creder, che anco la natura vi consentisse) in maggior disgratia, che fu la morte, la quale, si come per quella tristezza tardaua pian piano a venire, così accresciuta fuor di modo, per il mouimento nato dalla subita giunta delli figlioli, fece che venne tanto più presto; come interuenne li anni passati ad una Giouane, che era fuor di modo innamorata d'un Giouane, & non potendolo, non che godere, ma ne anco vedere, talmente s'infermò, che fu giudicato, che non vi fosse più altra speranza della salute sua, se non che quello Giouane l'andasse a vedere: ma subito, che egli vi arriuò, ella si commosse bene alquanto, & parue che si allegrasse, ma perche era già giunta all'ultimo della tristezza, mentre egli vi era presente, passò di questa vita.

Nota vn caso d'vna giouine innamorata d'vno giouane.

Come la giouine morì subito alla presenzia del suo innamorato.

Come non morì per l'arriuò dell'inamorato, & per qual causa morì.

Come morì il Go nella Buffone.

Talmente che si può dire, che non fu l'arriuò dell'inamorato, che l'amazzasse, ma ben fece questo effetto, che tranagliando tanto l'animo di quella Giouane, già ruinato, & distrutto dalla tristezza, per la quale pian piano caminaua alla morte, scurtò il tempo della vita, & affrettò subito la morte.

Il medesimo interuenne a quello Buffone, chiamato il Gonella, il quale

quale, mentre era condotto al luogo della giustitia, doue ch'egli credeua, che gli douesse esser tagliato il capo, & hauendo posto il collo sotto la manara, gli fu gettata sopra gran copia d'acqua fredda, stando però la manara al suo luogo, & egli subito se ne morì.

Non è dubbio alcuno, che quell'acqua non l'amazzò, ma perche già s'era preparato l'animo al colpo mortale, quello che gli cascò sopra il collo, ch'esso pensaua, che fosse la manara, gli affrettò la morte inanti al tempo: così interuenne a quelle donne, le quali, caminando tuttauia pian piano alla morte, per la gran tristezza, nel sentir quell'allegrezza, che a loro fu falsa, se gli rimouò di maniera il dolore, che gli ne seguì subito la morte, poi che non poteuano lassar la tristezza, per esser già andata troppo inanti.

Onde si conclude, che l'allegrezza, quando è libera, & che prima non vi è stata alcuna tristezza, se pian piano andarà crescendo, & che in vn tratto si scopra, può esser causa di morte subitanea, cosa, che non potrà far, se prima vi sarà stata qualche notabil, & ferma tristezza, nè manco si può dire che quella sia vera allegrezza, ma più presto stimata così da altri.

In qual modo l'allegrezza può esser causa d'vna morte subitanea.

Quanto alla cura delle perturbationi dell'animo, n'hauemo detto a bastanza, quando parlammo della fiacchezza, che il trouar la causa sua ne insegna non solo a conoscer qual fine hanno d'hauer, ma ancora in qual modo si deueno curar: nondimeno in questo luogo non mancaremo di replicar (come anco iui hauemo detto) che il vino, & massime puro, poi che questo gioua più che tutte le altre cose, & beuuto assai licentiosamente, gioua mirabilmente a leuar la paura, le passioni dell'animo che sono con tristezza, & ogni sorte di affanno, & eccita, & moue li spiriti all'allegrezza, come l'oglio eccita la fiamma: il medesimo fa anco la mandragora, & se per sorte questo effetto non ne segue, almeno prouocarà il sonno, il quale poi sminuisce questi tranagli, & almeno causerà dolori di testa, il quale fa scordare le altre male dispositioni. Di più deueno quelli, che patiscono tristezza, & altri affanni per le passioni dell'animo, fuggir di star mai soli, & all'oscuro, ma andar spesso a veder fontane, & giardini, conuersar con persone care, & amoreuoli, cercar d'hauer in facultà sua tutto quello che desiderano, & in somma variar ogni giorno stanza, & luoghi, acciò che il suo pensiero si possa partire da quella imaginatione, c'hanno tanto fissa nell'animo: in particolare poi s'ha d'auuertire, che nel principio di questa sua passione, sarà bene cauargli sangue dalla vena, pur che altro

Come il vino puro beuuto in copia gioua alle passioni dell'animo con tristezza.

L'effetto della mandragora.

Ciò che deueno far quelli c'hanno queste tristi passioni di animo.

Come nel principio si deue cauar sigue, & per qual causa.

non li sia in contrario, prima che il sangue si fermi in qualche luogo, perche gli giouerà fuor di modo.

Quando poi il male sarà durato un pezzo, & che incominciano hauer speranza di risanarsi, sentiranno da questo gran giouamento. Il che accade principalmente, quando se gli proponeno rimedij, & cose, alle quali essi hanno grande affettione, & per mezzo delle quali sperano al sicuro di ritornar nello stato suo di prima, & di risanarsi.

La differentia che è tra la colera, & Podio, & la sua diffinitione.

Li rimedij poi accomodati contra la colera, & contra l'odio (il quale non è altro che colera vecchia; con gran, & ostinato desiderio di nocer a colui, al qual l'huomo vuol male, vero è che quella è veloce, & questo è tardo) saranno, che l'huomo si risolua di darsi in tutto all'humiltà, & mettersi con desiderio grande a seruire altri, & di più, che di continuo pensi alla morte, la qual (come si sa) getta a terra ogni cosa, che così facendo di buon cuore, al sicuro presto si libererà da queste molestie.

Come non si deue proibire l'allegrezza, & per qual ragione. Non si troua, che uno sia meno d'allegrezza. L'vtil grande, che porta l'allegrezza.

Quanto poi a voler proibir l'allegrezza, si come si proibiscono li altri affetti dell'anima, mi pare fuori di proposito, perche prima l'allegrezza non è traualgio d'animo, ma più presto consolatione, & riposo, & poi perche non si troua, che in trenta secoli humani, sia a pena morto un solo, per allegrezza, & anco questo non si sa certo, benche si troua che sempre ha giouato ad infiniti huomini, poi che fa bona cottione ne gli humori, empie il corpo di bonissimo nutrimento, tiene vigorosi tutti li sensi, conserua intiero tutto l'intelletto, mantiene, & accresce la sanità, & prolunga la vita. Per la qual cosa non si deue mai proibire l'allegrezza, eccetto quando passa in buffoneria, & in troppo ridere, ouero se si conoscesse, che l'huomo se ne potesse morir per esser troppo allegro, in tal caso sarà bene metter in mezzo qualche legger dispiacere, per raffrenar alquanto quella smisurata allegrezza: in somma colui, che desidera d'esser priuo delli traualgi dell'animo, deue metter ogni cura, & diligenza, quanto più si può, per hauer sempre l'animo quieto, & riposato.

Quando si deue proibire l'allegrezza.

In qual modo si deue proibir l'allegrezza.

Cio è ha da far quello che vol'esser priuo delli traualgi dell'animo.

Tre rimedij singolari contra le passioni dell'animo, il primo.

Il secondo.

Il terzo.

Il che quasi ogni uno hauerà con questi tre rimedij; il primo è che si sforzi perpetuamente di conseruarsi la sanità del corpo, perche quando è perduta, o è in dubbio di perderla, è necessario, che l'huomo sia tristo; il secondo rimedio è che ogni uno deue procurar d'hauer tutte quelle cose, che sono al bisogno per conseruarsi la sanità, & se alcuna vi manca, e' habbia il modo di prouederse; il terzo rimedio è, che raffreni talmente il desiderio delle cose di questo mondo, che è infinito, & che tene l'huomo in continuo traualgio, che non desideri mai, se non quelle

quelle cose, che gli sono presenti, o che si possono ragioneuolmente sperare, che presto accaderanno, & tanto basta circa alle sei cose chiamate non naturali.

Delli quattro tempi dell'anno. Cap. xviii.

TRATTAREMO hora qual modo, & regola di viuere, si deue offeruare per tutti li quattro tempi dell'anno.

Per parlar adunque in generale, in tutti questi tempi, quando saranno molte piogge, è bene beuer poco, & più presto puro (pur che il capo non patisca, & non sia d'estate) che adacquato, ma se non patisce, si deue leuar tanto vino, quanto se vi aggiunge dell'acqua, offeruando la proportione, & misura di quello che si beue: quelli che non beuono vino, deueno beuer manco acqua, & tutti insieme, lassando li brodi, più che sia possibile, & mangiaranno cibi solidi, come di carni, piccioni seluaggi, & altri ucelli, pur che non siano acquatici, castrato, capriolo, & lepre, & simili sorti di carne: & perche in tanto, con questo viuere, il ventre spesso si stringe, in tal caso bisogna hauer ricorso a quelli rimedij c'hauemo scritto di lubricar il ventre, pur che non siano troppo humidati, ma se la stagione del tempo sarà secca, si deue far tutto l'opposito, pur che in tutto vi sia la debita misura. In qual si voglia tempo però, ancor che sia pluuioso, non deue alcun vecchio seguir il consiglio di quelli che li lodano generalmente le cose salate, perche con esse si consuma l'humido naturale, & si augumentano le siccità della vecchiezza, la qual è l'istessa siccità, nè è da creder, che queste cose consumino solamente le humidità escrementose delli vecchi, & che lassino, & conseruino la humidità sostantiale, (si come alcuni si persuadono che sia) ma morsicano le carni, & la sostantia solida del corpo, struggono, & spremono fuori tutta la humidità, il che chiaramente si conosce, perche nel mangiar cibi salati, accumulano maggior copia d'humidità, sputano spesso, diuentano rauci, & sono traualgiati dalla tosse, si fanno debili, & estenuati, & benche costoro credano d'esser nella vera opinione, intorno a questa materia, insieme con Galeno; nondimeno ne sono lontanissimi, come già hauemo dichiarato, perche non solo Galeno non loda le cose salate alli vecchi, ma più presto le biasma, & sommamente le vituperà, poi che anco nel quinto libro di conseruar la sanità, poco dappoi quella parola τριχονδριον, la quale la maggior parte hanno interpretato salate,

Come, & in qual modo nelle piogge si deue beuer vino puro.

Quando si deue beuer manco vino, & manco acqua, & mangiar cibi solidi, & di qual sorte.

In qual modo si deue lubricar il ventre.

Come li vecchi deueno lassati le cose salate, & perche.

In qual modo per mangiar cose salate li vecchi patiscono di humidità.

Come Gal. biasma le cose salate alli vecchi.

salate, alcuni secche, & noi l'hauemo esposto, per conseruate; confuta manifestamente quelli che danno alli vecchi *ταριχνα*, che latinamente vuol dir carni salate, più presto che le fresche: & dice, che costoro s'ingannano subito nel principal fondamento del suo consiglio, mentre che pensano, che li corpi delli vecchi, si debbano essiccare, & per questo lodano più presto le carni seluaggie, che le domestiche, & più presto le salate, che le fresche, & senza sale, & in tutta la regola del viuere fuggono li cibi humidi, & abbracciano li secchi, ben che il bisogno fosse di far tutto l'opposito, poi che alli vecchi li cibi humidi sommamente giouano. Questo dice Galeno.

Come quelli che danno le cose salate alli vecchi s'ingannano.

Come Galeno non contradice a se stesso. La differentia che è tra queste due parole Greche. *ταριχνα* & *ταριχθεντα*.

Per qual causa non s'è posta questa distinzione di sopra.

Come Galeno è contrario a quelli che lodano le cose salate alli vecchi.

Nè manco si può dir, che egli a se stesso contradica, nè merita esser ripreso, che non usi propriamente questa ditione salita. Perche non usa la medesima ditione in ambidoi li luoghi, poi che di sopra ha detto *ταριχθεντα*, & qua dice *ταριχνα*: quella si può interpretar hora salata, hora conseruata (come hauemo detto) questa non si può intendere se non per salata, o secca: & ben che hauesi potuto metter questa distinzione anco di sopra, quando parlauo di prolongar la vecchiezza, ho differito a scriuerla qua in sin' adesso, per non inasprire, & spauentar l'animo del lettore, forse astretto all'opinione contraria, & lo tenessi sospeso sin tanto, che vedendo il dubbio di quella opinione, vi cominciassè pian piano a pensare, di non esser in errore, & che all'ultimo nel partirsi da quella, arriuasè a questo presente passo, nel qual ritrouando che Galeno, qual s'è proposto per guida in questa professione, gli è di rimpetto contrario, si risoluessè poi di accostarsi voluntieri a questa nostra opinione. Ma torniamo alli quattro tempi dell'anno.

Dell'inuernata. Cap. XIX.

Come secondo Hippocrate non si deue far più d'un pasto il giorno. Quando secondo Hippocrate, si deue mangiar vn poco la mattina. Come è meglio a far doi pasti al giorno.

ANCOR che Hippocrate commandi, che nel tempo dell'inuernata l'huomo non deue mangiar, se non vna volta al giorno, eccetto, quando il ventre è molto stittico, nondimeno, quando non si può accommodar a questa regola, deue mangiar qualche poca cosa la mattina: ma perche a Roma (come tante volte hauemo detto) li cibi danno poco nutrimento, ancor che siano in molta quantità, è molto meglio far ordinariamente doi pasti al giorno, pur che questa regola non li nocia per qualche occulta proprietà: hauemo anco determinato, se l'huomo deue mangiar più al pranso, che alla cena, oltre di questo non è di dan-

no mangiar molta sorte di cibi vna volta sola il giorno, ma farlo poi mattina, & sera; è molto pericoloso non solo a Roma, ma in ogni altro luogo: è ancor utile guardarsi da molte sorti di minestre, & da molte sorti di vini, & che li cibi, che si mangiano in questo tempo, più che nella prima vera, & nelli altri tempi siano ben sodi, & il pane, & li cibi fatti di farina siano in maggior quantità de gli altri cibi, le carni siano arrostate, perche a questo modo si mangiano più facilmente, & con maggior gusto da quelli che non hanno sete, come per ordinario sono tutti, l'inuernata.

Come non è di danno mangiar vna volta sola il giorno molta sorte di cibi.

Come il cibo per l'inuerno deue esser fodo, con molto pane. Come le carni deueno esser arrostate.

La carne vaccina, & simili carni, è bona a questo tempo, pur che sia frolla, & bollita: di herbaggi, pochi sono boni, eccetto le herbe calde, & secche, come sono li cauoli, & le radici domestiche.

Come la vaccina è bona d'inuerno. Quali herbe sono bone d'inuerno.

Li vini deueno esser gagliardi, ma in poca quantità, & puri, & anco neri, pur che piacciono al gusto.

Li vini deueno esser gagliardi, & puri.

Poi che l'huomo si farà scaricato delli soliti escrementi, non sarà di danno essorsi alquanto al freddo, ma se lo farà prima, ne sentirà poco utile, perche il freddo caccia in dentro gli escrementi, & li ferma, & fa l'huomo atto a diuersi mali. Ma se ne guarderà molto bene dopo che hauerà mangiato, & dapoi che hauerà fatto essercitio, ancor che il corpo si sia sgranato secondo il suo solito delli escrementi.

Quando si deue l'huomo esporre al freddo.

Quando non si deue esporre al freddo.

E di gran giouamento far molto essercitio, perche con esso il corpo si scalda, se ben in molto tempo; ma è meglio a non farlo, quando è gran freddo, perche in questo tempo il corpo non si suole scaldare, se non quando l'huomo fa grandissimo essercitio, il qual poi è molto pericoloso nelli gran freddi.

Come l'essercitio è di gran giouamento, ma è di danno quando fa gran freddo, & perche.

Et si come è di molta utilità fuggir d'estate il gran caldo, così ancora è il fuggir il vento a l'inuernata, perche quello risolue la virtù, questo empie troppo il capo.

Come d'estate si deue fuggir il caldo, & l'inuerno il vento, & perche.

E' anco d'auuertire, che quando incomincia l'inuernata, bisogna mutar prima le vesti di dentro, & quando incomincia l'estate mutar quelle di fuori.

Come s'hanno da mutar le vesti, & d'inuerno, & d'estate.

Della primauera. Cap. XX.

NEL tempo della primauera si ha da offeruar quella regola di viuere, che richiede il mezo tra l'inuerno, & l'estate, & tanto più per esser più breue de gli altri tempi. Bisogna dunque lenar pian piano quelle

Qual regola si deue offeruar la primauera.

Come pian piano si deue proceder in questo tempo.

Come nella prima uera s'hanno da offeruar le regole che si offerua nella Quaresima.

Come allhora si può dormire fin che il sole è leuato.

Ciò che accade quando il sole si accosta a noi.

Tre cose possono accadere intorno a gli humori congelati per il freddo dell'inuernata nel nostro corpo.

Nota l'esempio de le piante.

Come l'huomo deue imitarle piante.

Nota il prouerbio del mese d'Aprile Per qual causa allhora il sonno è più lungo, & più foau.

Per qual causa allhora gli huomini hanno più appetito.

Come di Marzo bisogna fuggir il sole, & perche. Quali mali cascano in questo tempo, & perche.

Per qual causa la Quaresima è stata instituita di questo tempo.

quelle cose, che son buone all'inuernata, & accostarfi parimente piano a quelle che richiede l'estate, cioè dal beuer poco, & puro al beuer assai, & adacquato; da i cibi duri, alli molli, da molti cibi, a pochi, & massime se già s'accosta l'estate; da gli arrostiti, alli bolliti, con tutto ciò bisogna hauer a memoria quelle regole, che habbiamo detto di sopra, che si deuono offeruare alla Quaresima. In tanto è da sapere, che, per farsi in quel tempo le notti più breui, & l'hora della mattina è piacerolissima, bisogna permetter che l'huomo dorma, sin che è leuato il sole, & anco alquanto di più, & massime quando conosce che gli gioua, & che se ne sente bene: perche spesso accade, che quando il sole si accosta più a noi, li buoni humori, congelati dentro del corpo, per il freddo dell'inuernata, si liquefanno, si attenuano, & richiedono maggior quantità di luogo; talmente che se non sono cacciati fuori del corpo (cosa che non si deue aspettar naturalmente) è necessario che ritenuti dentro, & malamente si putrefacciano (& questo è contra la natura) ouero che col mangiar poco, & niente si risoluano (& questo è quasi secondo l'ordine naturale) & finalmente che si conuertano nella sostanza del corpo; & questo è totalmente secondo l'ordine della natura.

Et si come le piante in questo tempo non cacciano fuori l'humore, che hanno accumulato l'inuernata, ma lo conuertono nelle loro proprie parti, cioè in foglie, & in fiori; così deue cercar l'huomo di fare, cioè di conuertir questi humori in carne, & in altre parti per fortezza del corpo: il che si fa principalmente col dormir bene, massime a quell' hora: & però volgarmente si dice, che del mese d'Aprile dolcemente si dorme. Il sonno poi in quel tempo è più lungo, & più foau non solo per le ragioni dette, ma anco perche l'aria vicina è più risolutiua, che non è d'inuernata; onde anco seguita che gli huomini hanno più appetito, & mangiano più la primavera, & beuono che l'inuernata, & da questo poi ne nascono li sonni più lunghi, & più foau. Ma bisogna auuertire di fuggir il sole di Marzo (poi che hora trattando della primavera occorre parlarne) perche liquefa non poco ma assai, gli humori congelati, li quali, essendo molto copiosi per il freddo dell'inuernata, è necessario che trabocchino in qualche parte, onde poi ne nascono catarri, infiammationi delle fauci, & di gola, infiammatione di petto, & di polmone, & scabie. Acciò che adunque queste cose non accadino, bisogna che l'huomo usi grande abstinenzza, & che mangi cibi che diano poco nutrimento: & però ragioneuolmente è stata in tal tempo instituita la Quaresima, non solo per salute dell'anima, ma anco del corpo, si come di sopra

pra hauemo detto. Ma se non basteranno queste cose a mantener l'huomo sano, sarà necessario di venir al cauar del sangue, & alla purgatione, & a qualche altra simile euacuatione. Ma se alcuno uiue sobriamente, & massime passando li anni settanta, ilqual essendo solito di uiuer di buoni cibi, ma parcamente, & poi si sia posto a nutrirsi di pochi cibi, ma di manco sostanza, & che pian piano, senza altra causa manifesta, si vada estenuando fuori del suo solito, & si faccia magro, non deue in modo alcuno esser trauiagliato da queste, ne da simili euacuationi, poi che non può nell'inuernata metter insieme tanti humori, che non si possano superar con quel suo viuere tanto ristretto.

Costui adunque nella primavera, finita che hauerà questa mutatione di viuere, se fuori del solito suo si farà più estenuato, non si deue in modo alcuno purgare, ne anco porsi a maggior dieta, ma far più presto doi pasti il giorno, che vn solo, se così sarà solito di fare, & guardarsi da i cibi che danno poco nutrimento, & mangiar spesso quelli che nutriscono assai. Talche essendo la vecchiezza la strada per la quale si camina alla siccità, le purgationi, l'astinentia, il mangiar vna volta sola il giorno, il nutrirsi di cibi di poca sostanza, & escrementosi, che fanno il medesimo effetto; s'egli vorrà metter in uso tutte queste cose, & vna sola, & due, & che per questo si faccia più fiacco, & più estenuato, contra il suo ordine naturale: oltra che fa affrettar la vecchiezza fuor di modo, sarà necessario appresso, che nell'arriuo dell'estate, nella qual li vecchi sogliono naturalmente star bene, non solo non si senta bene, ma che fuor di misura si estenui, & s'infiacchisca, & che nell'autunno per questa prima indispositione, & per qualche altro male causato da questa languidezza, corra pericolo di vita. Per la qual cosa nella primavera gli sarà molto più utile, & di maggior piacere, come anco sono li sonni di quel tempo, con lassar da canto li cibi che estenuano, & che indebiliscono, accostarfi a i cibi di buon nutrimento, & di quelli mangiarne honesta quantità, acciò che per essi fatto più forte, possa più facilmente resistere al feruore dell'estate, il quale con il gran caldo suole risolvere le forze d'un vecchio, che nella primavera non solo non si sia ben ristorato, ma più presto estenuato. Et in questo ha da imitar le piante, le quali la primavera spinte da

Nota in qual tempo il vecchio non deue far alcuna euacuatione.

Ciò che si deue far dopo la quaresima.

Quali sono quelle cose, che noccono alla vecchiezza.

Per qual causa li vecchi si sentono male l'estate quando si deueniano sentir bene.

Ciò che ha da fare il vecchio la primavera.

Come il vecchio deue imitarle piante.

L'utile che portano le frondi alle piante.

Come il vecchio si deue fortificare col buon viuere, & a qual fine.

poter generar fiori, frutti, & frondi, le quali seruono loro l'estate per difendersi dal calore del sole. Così deue far il vecchio guidato, & dalla ragione, & dalla natura, poi che è partecipe d'ambidue. Et non solo non si deue debilitar con sminuir il viuere, & far altre euacuationi, ma più presto fortificar si col buono, & copioso nutrimento, per poter si poi meglio difender dall'ingurie, & danni dell'estate, perche l'estate non sarà di maggior giouamento a quel vecchio, se sarà estenuato, & debilitato nella primauera (come habbiamo detto) che possa esser a gli altri vecchi, li quali non si smagriscono, nè si debilitano al tempo della primauera. Per la qual cosa è necessario, che l'huomo che si troua in quell'età, prima che arriuì l'estate, procuri che la carne cresca, & che la virtù si corrobori, secondo che la natura potrà comportare, ò almeno che si mantengano nello stato di prima, non potendo far alcun guadagno, & non procurar che le carni si sminuiscano, & le forze si debilitino.

Dell'estate. Cap. xxi.

Che l'estate si scema la fame, & cresce la sete, & ciò che si ha da fare.

Che le carni bollite (sono migliori delle arrostitte).

Quando la sete è grande non si deueno mangiare frutti horarij, & peche.

Si deue mangiar poco cascio, & di raro, & perche. Il cascio è pessimo a quelli che beuono assai.

Quando si può rinfrescare il vino.

PASSANDO gli huomini dalla primauera a l'estate, incominciano per la maggior parte ad hauer poca fame, & molta sete: però bisogna scemar il cibo, & crescer la beuanda, ma pian piano, acciò che facendolo in vn subito, non ne segua qualche grande, & dannosa mutatione. Et così nell'auenire ancora, mangiando manco cibi, si nutriranno più presto di carni bollite, che arrostitte, perche quelle s'inghiottiscono più facilmente da colui che ha sete, che queste. Potranno mangiare inanzi pasto di quelli frutti che si chiamano horarij, che fanno il ventre lubrico, purché non habbiano troppa gran sete, perche la gran sete, se con altri rimedij non si lena, è causa, che il cattiuo humore di quelli frutti, passi presto alle vene, & che poi, se non esce tosto per le vie dell'orina, si corrompa di mala maniera, & causi qualche notabil febre.

Non deue alcuno mangiar cascio assai, nè spesso, ma poco, & di raro, perche beuendosi assai in questo tempo, & non trouandosi il peggior cibo del cascio, a quei che beuono assai (come dice Hippocrate) bisogna che tal cibo porti grandissimo danno.

Et per la medesima causa bisogna beuer assai, & con molta acqua, & in mezzo il pasto, & se il tempo sarà molto caldo, si potrà rinfrescar

con

con l'arte quello che si beue.

Non bisogna bere tra'l pranso, & la cena, eccetto se per qualche gran causa vi fusse vna smisurata sete. Et benché in questo spatio, per il gran caldo, occorra spesso che l'huomo ha vn poco di sete, nondimeno perche è poca, cessa da se, onde è meglio a comportarla alquanto, che bere, perche il non beuer non impedisce la digestion del cibo, ma il bere la conturba, & spesso impedisce l'huomo, che non ceni, ò almeno fa che la cena non gli gusta.

L'huomo anco deue mangiar poco a pranso, se pur lo può fare, perche il caldo che si sente dopo il mezzo giorno, offende fuor di modo il corpo quando è pieno. Ma a pranso il vino ha da esser più adacquato, che alla cena, perche se lo bene con poco, ò con niente d'acqua è necessario, che il capo si empia fuor di modo; è anco necessario che troppo si riscaldi, & che si senta molto male, perche tirando sempre a se il caldo del sole, tutto quello che può, & andando in alto il vapor del vino, & di più tirando il capo a se li vapori, & anco gli humori delle parti inferiori, ne seguita per forza l'effetto, che hauemo detto, cosa che non può accader la sera a cena, pur che l'huomo non beua troppo, perche la frigidità della notte, mentre che resiste al caldo, proibisce che non si faccia tanta essalatione.

Quelli che naturalmente mangiano poco, acciò che la virtù si mantenga, & il gran caldo non gli dia molta molestia, deueno bere vino assai liberamente, purché sia bene adacquato.

Per il contrario l'inuernata quelli che mangiano assai (come di sopra hauemo detto) deueno bere manco vino, ma più puro, perche quanto più è puro, tanto manco humetta.

Il vomito si deue fuggir più che si può dalli corpi sani, purché non gli intrauenga qualche gran pienezza.

Deue ogn'uno seguir la sua consuetudine di entrar nel bagno, cioè di andar alla stufa.

La mattina perche l'aria è freddo, ogn'uno deue spesso passeggiare, & far esercizio, ma con misura, perche altramente subito ne seguita, ò sudore, ò stracchezza. La sera poi, mentre che l'aria è anco caldo, bisogna guardarsi dall'esercizio.

Se per sorte l'huomo sarà sforzato far viaggio per il sole, è molto meglio pransar leggermente, & in cambio di vino beuer acqua, purché la possa beuer senza danno, acciò che il sole, il quale sempre ti-

Fy 2 ra dal

Quando si può bere tra il pranso, & la cena.

L'utile che porta il non bere, & il danno che porta il bere.

Come si deue mangiare poco a pranso, & perche. Per qual causa il vino ha da esser più adacquato al pranso che alla cena.

Quelli che mangiano poco deueno bere liberamente, & in qual modo.

Quelli che mangiano assai deueno bere manco.

Quando si può vomitare.

Come si ha da entrar nel bagno.

L'effreccio dell'estate deue esser la mattina, ma poco & perche. Quando la sera non si può far esercizio.

Come è meglio a ber' acqua, che vino, quido si ha da far viaggio per il sole, & perche.

ra dal ventre al capo tutto quello che può, non causi dolore, non impedisca la concottione, non muoua catarrhi, & non pronochi la febre.

Come, & perche non basta a coprir la testa col capello.

Nè bisogna pensare che basti a coprire il capo, col cappello, o con l'ombrella, perche l'aria caldo vi entra per la bocca, & per il naso, il quale empiendo, & riscaldando il capo, produce li mali, che hauemo detto. L'acqua poi si come raffrena il caldo, così anco difende l'huomo da tutti quelli mali.

Che dopò cena non si deue far altro essercitio, che passeggiar pià piano.

Dopò cena non deue l'huomo far alcuno essercitio, ma leuarsi presto da tauola, & passeggiar pian piano.

Che si deue fuggir il sole, & il grã freddo. Et perche.

Deue ogn'uno così la mattina, come la sera fuggire il sole, & il freddo delli fiumi, & stagni grandi, & di molta neue, perche il sole l'estate risoluue, & apre il corpo. Il freddo poi, perche entra con l'aria nelle intime parti di esso, che già è aperto da ogni banda dal gran caldo dell'estate, con la sua efficaccia causa spesso horrore, & punge le carni, come se fossero aghi piccoli, & altera di mala qualità, o corrompe il caldo naturale.

Sin a qual hora si può dormir la mattina.

Quando si può dormir inanzi prãto.

Quanto al dormire, perche le notti sono assai breui, & spesso anco molto fastidiose, se l'huomo non hauerà dormito bene la notte, & che poi dorma la mattina per tempo sin' alla terza, o quarta hora del giorno, nè sentirà spesso grande utile. Et se per sorte sarà sforzato leuarsi la mattina per tempo, potrà di nuouo dormir alquanto inanzi prãto, come hauemo già detto.

Che il dormir dopò prãto deue esser poco, perche l'assai è sempre di danno.

Il dormir poi dopò prãto qualche volta, pare che apporti utile, ma che duri poco, & che sia molto breue, perche il dormir assai non può esser d'utile, doue che spesso è di danno, essendo in tutti li modi contra l'ordine di natura, perche se la notte inanti l'huomo ha dormito tanto che basti per la sua consuetudine, non ha più di bisogno per quel giorno di dormire. Et se ben quando è breue non può portare danno, quando però è lungo, nuoce fuor di modo, poi che nel dormir poco, si può giudicare che pochi vapori leuati dal cibo vadino al capo, & questi ben presto si risoluano dal calor naturale; doue che quando è lungo, è necessario che li vapori siano in gran quantità, & che non si possano risoluere se non con grandissima fatica.

Per qual causa il dormir poco dopò prãto può nocer poco.

Dell'Autunno. Cap. xxii.

NEL passar che si fa dall'estate all'inuernata per l'Autunno, bisogna proceder tutto al contrario di quello che hauemo detto, che si deue fare nel passar dall'inuernata all'estate per la primavera, scemando pian piano le cose, che conuengono l'estate, & aggiungendo quelle dell'inuernata. Et prima perche le notte si fanno lunghe, bisogna fuggir più che si può di dormir dopò prãto.

Come si deue far nel passar dall'estate a l'Autunno.

Come l'Autunno non si deue dormir dopò prãto.

Oltra di ciò perche in questo tempo l'huomo corre pericolo di amalarsi non solo per la gran disaguaglianza dell'aria che è all' hora, & perche il sole se ne parte: ma anco perche li corpi sono infiacchiti per il caldo dell'estate passata, bisogna che ogn'uno si guardi con diligenza, che concorrendou tante cattive cause insieme, che possono far che l'huomo s'amali, non commetta error tale nel viuere, che possa esser causa di qualche male. Perche se per sorte pioue, nel qual tempo la sete non suol dar fastidio alcuno, se l'huomo beue assai, ne sentirà più danno, che se hauesse fatto questo medesimo errore d'inuernata, o di qual si voglia altro tempo, perche all' hora, o l'equalità del tempo, o la fortezza del corpo aiuta l'huomo che non senta danno da quell' errore, ma hora ogni causa consente che ne nasca gran putredine. Et però essendo il tempo tanto vario, bisogna che l'huomo sano cõ l'hauer sempre nell'animo di poter far qualche errore in pregiudicio della sanità, impari a star talmente saldo, che non trabocchi mai in alcuna parte, per poter si più sicuramente mantener sano.

In qual modo l'huomo è pericoloso d'amarsi in questo tempo.

Come l'Autunno bisogna che l'huomo più che mai si guardi di far disordini.

Quando l'Autunno il bere è di danno.

Ciò che deue far l'huomo l'Autunno per star sano.

Et habbia sempre a memoria che il coito non è sicuro, & che il bere assai è pericoloso, & però è forse meglio ber manco di quello che l'huomo si pensa, perche se l'aria è molto humida, come accade quasi sempre in questo tempo, le carni, che sono molto essiccate per il caldo dell'estate, tirano di fuori per la pelle, per la bocca, & per il naso grande humidità dentro il corpo: onde poi la sete cessa quasi in quel modo, come se si beuesse, & si come si proua ogni giorno quando spira il vento Austro, perche (come anco dice Hippocrate) tirano non solo dal ventre, ma anco da di fuori, & di quì nasce, che per esser tanto humida l'aria nell'Autunno, l'aquosità dell'orina esce in tanta copia, & così spesso: nè ciò accade (come alcuni vogliono) perche all' hora si mangi uua assai,

Che il coito, & il bere assai è pericoloso.

Ciò che accade quando l'aria è molto humida.

Per qual causa l'orina moltiplica l'Autunno.

sai, poiche il medesimo interuiene ancora a quelli, che non mangiano uua, nè manco perche il calor naturale sia molto debole, perche questo non accade, se il tempo non è molto humido.

Tutto questo è stato detto per far cosa grata a quelli c'hanno caro di viuere, & che vogliono gouernarsi con regola; & che hanno tempo di poter si conseruare la sanità.

In fauor de quali
questo libro è scrit
to.

Il fine del quinto Libro.



DEL

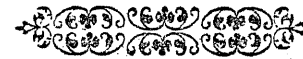
DEL MANTENERE IL VENTRE MOLLE SENZA MEDICINE

Di M. Alessandro Petronio da Ciuita Castellana

Libri due.

*Opera molto utile a tutti, ma poi necessaria a quelli,
che non possono fare essercitio.*

Ridotta dalla Latina nella lingua volgare dall'Eccellente
M. BASILIO PARAVICINO da Como.



LIBRO PRIMO.

Di quelle cose che in generale lubrificano il
ventre. Cap. I.

E l'huomo mangiasse, & beuesse poco, non saria di bisogno che, per conseruar la sanità, si usasse altra diligenza, per far che il ventre ogni giorno fosse ben lubrico, perche, (come dice Hippocrate) non saria pericoloso di patir alcuna di quelle infirmità, che nascono dal mangiare, & dal bere. Ma perche con la sua diligenza (come spesso haucmo detto nel libro del viuer delli Romani) si prouede di continuo di gran copia di nutrimento. & è vsanza naturale di tutti gli animali, che quando hanno commodità di cibo (pur che per altra causa non siano impediti) più presto sogliono empirsi troppo, che star sebrij, & mangiar poco, è necessario che quelli, che vogliono viuer sani, & maxime se stanno sempre in otio, & fanno pochissimo essercitio, che, si come ogni giorno s'empiono il ventre,

Per qual causa l'huomo mangia troppo.

tre, così ogni giorno parimente cerchino d'euacuarlo, perche il cibo quando se ne mangia assai, & che l'huomo non ha di bisogno di tanto, non se ne conuerte ne la sostanza del corpo nostro la metà, nè la terza, nè manco la quarta parte di quello che s'è preso, perche se altramente fosse, ò che li corpi nostri si fariano di smisurata grandezza, ò che la resolutione di essi, che si fa ogni giorno, per la quale siamo sforzati à nutrirsi, faria tanto fuori de l'ordine de la natura, che non potressimo mai digiunare senza qualche gran danno, nè manco potressimo comportar la fame dui, ò tre giorni senza pericolo di vita: talche comportandola senza danno, & paragonando quello che si mangia ogni giorno à quello che ogni giorno ancora si caccia fuori, si può fermamente giudicare, che del cibo che si prende non ne va l'ottava parte, nè la decima, & forse anco meno in vero nutrimento del corpo. Non è adunque cosa ragionevole à determinar così semplicemente, & in confuso, che si come il nutrimento entra ogni giorno nel corpo, così anco ogni giorno deouono uscir li proportionati escrementi, ma piu presto risoluerli à dire, che gli escrementi deouono esser piu di quello che forse l'huomo si pensa, il che non si ha da far con medicamenti che purghino, nè meno con rimedij che euacuinno acqua, ouero humori, ma con cose che cauino dal corpo solamente le fecci, & gli escrementi grossi, perche quell'altra sorte di medicamenti, cauando le humidità, estenua il corpo, & proibisce che non si nutrisca, ferma il ventre, affretta la vecchiezza, & fa l'huomo mal sano: quest'altra con euacuare ogni giorno lo sterco puzzolente, libera il cervello da li vapori di cattiuo odore, fa li sentimenti vigorosi, proibisce la indigestione, difende tutto il corpo da la putredine, allunga la vita, & conserua la sanità. Di tal sorte sono quelle cose, che possono mollificare il ventre, ò mouerlo leggermente. So che alcuni dicono il contrario, che gli escrementi deouono esser manco che il nutrimento, perche se gli escrementi fossero in maggior quantità, il corpo non si potria mantener lungo tempo, & in segno di ciò dicono, che quelli che hanno il corpo stitico, sono piu robusti, che quelli che l'hanno lubrico, & che colui che ha spesso il beneficio del ventre, non può far buona digestione del cibo. Questo argomento si risolue facilmente, perche se haueremo consideratione al tempo, nel qual l'huomo è in augmento, & che camina à l'età vigorosa, non è dubio che bisogna che gli escrementi siano manco che il nutrimento, il qual s'habbia da mutar nella sostanza del corpo, perche se fosse piu quello che si leuasse, che quello che si aggiungesse, il corpo di continuo si sminuirebbe. Bisogna anco auuertire che gli escrementi di quelle

Quanta parte di cibo si conuerte in nutrimento.

Ciò che faria, se la cosa fusse altrimenti.

Quanta poca parte di cibo vada in nutrimento.

Cò quali rimedij si deouono cauar gli escrementi del corpo.

Qual danno portano li medicamenti.

L'utile che portano li primi rimedij.

Nota il dubio che si fa intorno la quantità de gli escrementi.

Come quelli che hanno il ventre stitico, sono piu robusti di quelli che l'hanno lubrico.

La risposta à questo argomento.

Come nel augmento gli escrementi deouono esser manco.

Quando gli escrementi hano da esser copiosi.

quelle materie che entrano nel ventre, & che inui restano, senza che siano distribuite altroue per il corpo, non hanno da esser manco di quelle, che naturalmente si tirano da quel luogo a gli altri membri, per nutrir tutto il corpo, anzi deouono esser molto piu, perche quelle, si come sono spesso in maggior quantità, che non conuiene (si come hauemo poco fa accennato) così hanno di bisogno di molta, & di copiosa euacuatione. Però bisogna che questi sappiano, che può forse accadere, che quelli che hanno il ventre lubrico, siano piu deboli che quelli, che l'hanno stitico, ma non si può negare, che non siano piu sani, & piu sicuri, & tanto piu quelli che ogni giorno mangiano copiosamente. Ne manco è da credere, che, se bene il ventre è lubrico, & che si euacua ogni giorno tante volte, & tanta materia quanta è di bisogno, per la quantità del cibo preso, che non per questo resta la natura di far la debita distributione del cibo. Ma torniamo al nostro proposito. Tra le cose adunque che lubrificano il corpo, è il mangiar assai, si come il mangiar poco, & il patir fame lo stringono. Il beuer assai fa il medesimo effetto, ma bisogna beuer poco, & spesso, acciò si faccia buona mistura col cibo, in modo però che l'huomo non patisca sete. Se sarà solito beuer vino, non lo beuerà puro, perche essicca, ma adacquato, & ha da esser di mezza etade, secondo l'usanza nostra, & non vecchio, tal che non passi doi anni, & questo sarà in poca quantità, rispetto a l'acqua, che ha da esser molta, perche se sarà in molta quantità, mentre che prouoca l'orina, stringe il ventre. In somma chiunque vuole hauer il corpo lubrico, non bisogna patir fame, nè sete, & di piu bisogna mangiar due volte il giorno, poi che il mangiar una volta sola, attenua, & essicca gli humori, & fa il ventre stitico, doue che il pransare, & il cenare fa effetti contrarij. Le minestre, come quelle fatte d'orzo, & certe compositioni fatte di liquori, & altre cose che siano in uso per tal effetto, hanno da esser sottili, & liquide, perche se saranno grosse, & spesse, si come sono utili per ristorare, & dar forza al corpo, così giouano manco a lubricar il ventre.

Li cibi poi che son nati in luoghi humidì, & aquosi sono piu a proposito per far questo effetto, perche quelli che nascono ne' luoghi asciutti, lo stringono.

Li frutti non hanno da esser secchi, ma freschi, perche li secchi stringono il ventre, & non lo lubrificano, per hauer perduto quel poco humore che hauerano nel principio, il qual suole lubrificare il ventre.

È utile usar li cibi con oglio assai, pur che lo stomaco non ne patisca,

Z Z & be-

Quelli che hanno il ventre lubrico possono esser piu deboli, ma bisogna che siano piu sani.

Il mangiar assai lubrica il ventre.

Come il beuer assai, ma poco, & spesso, lubrica il ventre, & perche. Che il vino non si deue bere puro, & non ha da esser vecchio, ma di mezza età.

Come l'acqua ha da esser piu che'l vino, & perche.

Che bisogna mangiar due volte il giorno.

Il dano che segue dal mangiar una volta sola.

Le minestre che siano fortilli, & liquide.

Le minestre grosse, & spesse a quali giouano, & a quali nocchiano.

Quali cibi giouano, & quali nocchiano a questo effetto.

Che li frutti deouono esser freschi.

Come li cibi deouono esser con oglio assai.

Il beneficio che portano li brodi caldi.

Che li cibi humidati si deuono mangiar caldi, & pche. Che li cibi secchi si deuono mangiar freddi, & perche.

Quali deuono esser le carni, & come cotte.

Che hanno da esser frolle.

Che le carni fresche si cuociono con difficoltà.

Che per lubricare il ventre li cibi deuono esser di poca sostanza.

Che li cibi gagliardi si deuono mangiar di rado, & perche.

Che li brodi lubrificano piu il ventre, che non fanno le carni sue.

Come li cibi friabili insieme con li viscosi lubrificano il corpo.

Et beuer brodi molto caldi inanzi al cibo, perche oltra che aiutano a maturar gli humori crudi, che spesso si trouano nello stomaco, fanno anco quest' altro effetto, che aiutano gli escrementi a calar a basso piu presto.

Li cibi che di natura sono humidati, si deuono mangiar caldi, perche col caldo, & con l'humido mouono il corpo: per il contrario quelli che hanno del secco, si deuono mangiar freddi, perche col caldo, che se gli da, che consuma quel poco d'humore che hanno, si fanno secchi troppo, & stringono il ventre.

Le carni deuono esser grasse, & mangiate in guazzetto, ouero bollite, & hanno da esser di animali gioueni, per esser piu tenere, & piu humide, ma bisogna che, per un pezzo prima siano stati amazzati, accio che s'inteneriscino, & siano piu frolle, poi che tutte le carni fresche, per esser poco lontane dalla lor vita, & per questo quasi piu robuste, con piu difficoltà anco si cuociono, & parimente si smaltiscono, ma quando, poi che son morte, si conseruano per un pezzo, & sono ben frolle, perche sono poco manco che putrefatte, si come piu facilmente si cuociono, cosi anco piu presto si smaltiscono.

Bisogna anco mangiar cibi leggiere, & di poca sostanza, li quali, ancor che mandino poca humidità nelle parti del corpo, nè gli diano aumento, o fortezza alcuna notabile, nondimeno si liquefanno facilmente, & liquefatti che sono, si smaltiscono anco facilmente. Et per il contrario bisogna mangiar rare volte cibi gagliardi, li quali se ben generano piu robusti humori, & che con difficoltà si corrompino, & diano gran nutrimento, & aumento, nondimeno poi che son entrati nel corpo, gonfiano, empiono, tardi, & difficilmente si cuociono, & si smaltiscono.

Bisogna anco sapere che, di quelli cibi che ordinariamente sono in uso, li brodi lubrificano piu il corpo, che non fanno le lor carni, da quali sono stati cauati: tal che, si come nel cuocerli, quando uolemo stringer il ventre, bisogna seruirsi delle carni, & leuar il brodo, cosi quando lo uolero lubricare, si deuono beuer li brodi in maggior quantità, & lasciar le carni.

Deue anco ogn'uno auuertire, che ne i cibi che per ordinario si mangiano, & massime se sono friabili, cioè fragili, si deue metter qualche poco di cosa lenta, & viscosa, perche questi cibi nettano (purche però siano in poca quantità,) quando si compongono con altre materie, non lassano che le loro parti si possano facilmente separare, & disunire, anzi subito che sono uscite dello stomaco verso gli intestini, a questo modo

modo composte, le conducono di continuo seco, sin tanto che escono dal corpo per via de' intestini, & cosi aiutano a lubricar il ventre. Di tal sorte è la malua, di questa sorte sono le parti estreme del corpo de' gli animali, le quali escono facilmente per il ventre, per causa del suo lentore, come dice Galeno nel secondo, & terzo de' gli alimenti.

Il ventre anco si mollifica da tutti quelli cibi che si mollificano dal caldo, & dall'humido, & che mettano le parti doue si fermano, & che per la maggior parte non si diuidono, ma stanno uniti in se stessi, com'è l'orzata, la quale quanto piu è lenta, tanto piu facilmente esce per il ventre, come dice Aristotile nella 21. settione de' problemi, & come anco sono le ultime parti de' gli animali, & la malua, & simili altre cose, si come di sopra hauemo detto, secondo la mente di Galeno.

Per il contrario stringono quelli cibi, che s'induriscono per il caldo, & per l'humido, come sono i fegati de' gli animali, & in particolare quelli che hanno secco in se, & massime quello del boue.

Quei cibi poi, che ancor che, siano presi in gran quantità, non empiono però troppo il ventre, mollificano sommamente il corpo, poi che se non vi fusse mai altra causa, almeno con la sua copia se ne vanno al basso, & mouono il corpo.

Lubrificano anco il corpo i cibi salati, & che partecipano molto del sale, pur che siano presi in mezzo al mangiare, & non in mezzo al bere, perche il bere salato, per esser sottile, passa nelle vene; però hauendo facilità di essiccare, essicca le fecci, & stringe il ventre: ma li cibi salati non potendo passare per la loro corpulenza alle vene, cascano a gl'intestini, & con la loro salsa qualità stimolano la natura, & mouono il ventre. Onde Hippocrate nel libro de' l'aria, & dell'acqua, scriue, che quelli che dicono, che le acque salate passano per il ventre, & lo soluono, dicono il falso, ma fanno questo errore per poca esperienza, poi che sono molto contrarie a far questo effetto, perche sono crude, & non si possono cuocere, onde non solo non lubrificano il ventre, ma piu presto lo stringono. Nel secondo poi della dieta dice, che li salumi essiccano, & assottigliano, & per la maggior parte mouono leggermente il corpo: & poco dopo dice che le carni salate danno poco nutrimento per esser priuate de' l'humido naturale dal sale, nondimeno attenuano, & essiccano notabilmente, & mouono il corpo assai euidentemente, & nel libro πρὸς καθ' ἑκάστην λέγει che li cibi salati mouono il ventre, & l'orina: & questo tutto dice Hippocrate; da le quali cose si può conoscere, che le beuande salate stringono il ventre, & li cibi salati lo pronocano.

Z 2 Bisogna

Che il ventre si mollifica da quelli cibi che si mollificano dal caldo, & dall'humido.

Come l'orzata lubrifica il ventre, & in qual modo.

Come li piedi de' gli animali, & la malua lubrificano il ventre.

Che li cibi, che s'induriscono al caldo, & a l'humido stringono il ventre.

Che li cibi che presi in gran quantità non empiono il ventre, lo lubrificano.

Come li cibi salati lubrificano il ventre, & il bere salato pronocato l'orina, & stitica il ventre.

Come l'acqua salata non lubrificano il ventre, ma piu presto lo stringono.

Li cibi domestici
lubrificano più che
li selvaggi, & per
qual causa.

Bisogna anco sapere, che tutti li cibi domestici, parlando in generale, tanto de gli animali, quanto delle piante, aiutano più a lubrificar il ventre, che li saluaticchi, poi che quelli sono più humidi, & questi più secchi.

Quali sono l'herbe
che prouocano
l'orina, & qua
li quelle che lubri
cano il ventre.

Oltra di ciò tutte l'herbe seluagge che hanno vn poco d'odore, & che sono calde alla bocca, prouocano più presto l'orina che l'ventre: per il contrario l'herbe humide, fredde, insipide, & di poco odore, prouocano più presto il ventre che l'orina. Et di più tutte l'herbe, che di natura hanno in se grandissima humidità, se insieme ancora hanno del caldo, ò dell'acre, lubrificano il ventre. Et questo accade, perche, ò nel morsicar con la sua acrimonia, ò nel mouer con la sua calidità, con l'aiuto poi de l'humidità, che sempre è congiunta con la sua sostanza, lauando il ventre, lo prouocano con grandissima facilità, tanto più perche essendo grosse di sostanza, non possono penetrare altroue, onde poi il ventre nè resta stittico, ma bisogna darle tepide, & bene intenerite, perche a questo modo sono più atte a lubrificar il ventre. Bisogna anco sapere, che tutte le cose acerbe, & austere fanno il ventre stittico, le acri poi, & odorate si cacciano ben fuori per l'orina, ma se sono secche alla bocca, tutte essiccano, & stringono il ventre. Li cibi poi li quali, mentre che sono seccati dal caldo, si conuertono in flato, & che hanno la facultà astringente, & che sono condensati dal caldo, & che appressò sono secchi, & friabili, cioè frangibili, & che di fuori estenuano, ma di poi presi di dentro, fanno che il corpo si gonfia, non lubrificano mai il ventre, ma lo fermano.

Come questo accade.

Come l'herbe che
lubrificano si deuo
no pigliar tepide,
& bene intenerite.
Qual virtù hab
biano le cole acer
be, & austere.
La qualità d'alcu
ni cibi che stringo
no il ventre.

Vn'altra qualità di
cibi che stitticano
il ventre.

Quelli poi che si pigliano crudi, senza esser alterati dal fuoco, quando sono cotti, se ritengono il suo calore secco, fermano il ventre, più che se fossero crudi, poi che l'humore se gli leua dal fuoco, & il grasso (se pur ne hanno) si liquefa, & si consuma: entrando adunque nello stomaco, tirano a se l'humore che in esso si troua, onde poi gli orificij delle vene si chiudono, tal che l'humidità che suole lubrificar il ventre, non può passar alla sua strada, & il ventre resta stittico. Però acciò che nè quelli, nè questi facciano tal effetto, bisogna humettar quelli che sono secchi, & contemperar con qualche humore i salati, acciò che non essichino, tal che siano come cotti allefso, & di più contemperare gli amari, & gli acri con li dolci, & gli astringenti con li grassi.

Ciò che si deue fa
re per accomodar
questi cibi, acciò
faccino il ventre
lubrico.

Che si come il ri
polo dopo il cibo
stittica il ventre,
così il moto lo lu
brica. Ma bisogna
che il corpo stia
dritto, & per qual
causa.

E' anco d'auuertire, che, si come il ventre si fa stittico quando il corpo dopo pasto sta a riposo, così nel mouersi, ma moderatamente, si fa lubrico. Però bisogna che con questo moto il corpo sia dritto, acciò che

gli

gli escrementi solidi, che sono & nel ventricolo, & ne gl'intestini s'incaminano alle parti da basso, per poter poi facilmente vscir del corpo.

Oltra di questo chiunque vuol hauer il ventre lubrico, mentre che sta svegliato, ha da star più in piedi, che a sedere, & ha più da sedere che star colcato, & ha da guardar si da quelle cose, che prouocano l'orina, et per qualità occulta, & per qualità notabile, & manifesta; saluo se riscaldandosi presto nel ventre, si liquefanno, & si corrompono, perche a questa maniera prouocano presto il ventre, altrimenti il corpo si fa più stittico, perche passando a le reni, menano seco quelli humori, che per altra causa haueriano lubricato il ventre. Et per la medesima ragione bisogna guardar si dal durar troppa fatica, & dal sudar troppo, & spesso, dal vegliar troppo, perche la vigilia essicca il corpo; ma dormir bene, & assai, purchè però il sonno non passi li debiti termini, perche si sa che l' sonno humetta. Non si deue differir l' andar a letto, quando glie ne vien voglia, & la natura lo richiede, nè manco si deue sforzar di star svegliato, perche quello che tarda vn pezzo ad andarui, leua la consuetudine de la natura, & quello che si sforza poi di non andarui, empie il ventre di flati, perturba, & confonde tutte le feccie onde poi ne suol seguire gran lesione al capo. Bisogna anco, che l'huomo si guardi di natate, nè di andar a la stufa troppo spesso, perche a questo modo si consuma l'humore che serue per lubrificare il corpo; il che si può conoscer manifestamente dal cascar che fa la carne ne i membri nostri dopo tal effetto. Bisogna anco schifar il vento di tramontana, ma non già l'austro d'inuernata, perche quello indura il ventre, & questo l'humetta. Non deue mai vomitare, nè manco purgar si spesso, & non usar clisteri, senon di raro; & questi hanno da esser & grassi, & fatti con molto oglio.

Finalmente si come il ventre alle volte si stringe, ancorche sia solito ad esser lubrico, quando l'huomo da se stesso si ritiene, & per il contrario si moue, ancor contra il suo solito, se si aiuta, per far il suo seruitio; così quādo l'huomo si sarà ogni giorno ben ristorato, & si metta ad inuitar il corpo per hauer la debita euacuatione, gioua infinitamēte per lubricarlo; percioche essendo la natura stimolata tate volte a scaricar si, poiche il corpo è ben pieno, non può far che qualche volta non sia obediante, & che poi non si assuefaccia a far spesso spontaneamente la debita euacuatione.

Colui adunque, che desidera hauer il ventre lubrico, oltra che ha da obseruar le regole che hauemo detto: ha la mattina subito che s'è leuato di letto, da porsi a sedere a la banchetta, & inui star tanto, che passi vn quar-

Quādo non si dor
me, il ventre si fa
lubrico per star
più in piedi, che a
sedere, & per fede
re più che a star
colcato.

Come le cose, che
prouocano l'ori
na, stitticano il ven
tre. Et se pur alcu
ne lo soluono, qua
li sono, & in qual
modo fanno que
sto effetto:

Come l'affaticar
si, il sudare, & il
vegliar troppo stit
tica il ventre:

Il dāno che segue
per star troppo ad
andare a letto.

Come il bagno, &
il vento di tramon
tana stittica il ven
tre.
Ma non già l'Au
stro, che l'humet
ta.

Come il vomito,
le purgationi, & li
clisteri stitticano,
& come hāno da
esser quelli che lu
bricano.

Come il ventre si
stringe, quando
l'huomo da se fi
ritiene, & si moue
quando si punta.
Che l'huomo stit
tico si deue sfor
zar ogni giorno
d'alleggerir il ven
tre, & il beneficio
che ne segue.

Quando l'huomo
deue star a la ban
chetta, & per quāto
tempo, & quanto
sforzarsi.

Il danno che seguita per il pontantati forte.

to, ò un quinto d'horà, con far vn poco di pontamento, perche il troppo nuoce, & non bisogna starui più tempo, perche la natura si diuertisce da quella operatione, & si scorda di scaricarsi di quel peso; & se si ponterà forte, & non leggiermente, le vene interiori del capo si gonfiano tanto, che col frequente, & spesso pontamento sono sforzate à mandar à le cauità del ceruello vna certa acqua in forma di sudore, per la qual poi l'huomo si fa soggetto hora à dolor di capo, hora à vertigine, hora à l'epilessia, hora à catarri, hor' à podagra, secondo che l'acqua più, & meno si ritiene nel corpo: però bisogna, che l'huomo, poiche ha dormito il suo douere, tenti d'hauer beneficio del corpo, nè con gran forza, nè con molto tempo, ma leggiermente, & presto; & poi tornato à casa far il medesimo inanzi pranzo, acciò che si euacui quella materia, che è restata de l'euacuatione de la mattina, che suol'esser più copiosa. Et il medesimo farà poco inanzi che ceni, per euacuar quelle poche reliquie di escrementi, che si può pensare che siano stati cacciati al basso de gl'intestini dal nuouo cibo preso al pranzo; il che si può conoscere da la grauezza che si sente ne i lombi, & nel fondo del ventre: & se pur vi resterà qualche cosa che sia di peso & à i lombi, & al fondo del ventre, potrà sforzarsi di cacciarlo fuori anco dopo cena.

Quando, & in qual modo si hanno da usar clisteri.

Et se intanto il ventre non manda fuori alcuno escremento, si potrà far mettere vn clistero d'oncie dieci, ò più, ò meno di oglio, ò di buturo, si come à basso meglio si dirà, la mattina, ò la sera inanzi il cibo: & questo farà ogni giorno, sin tanto che'l ventre spontaneamente si moua.

Quante volte il giorno è bene, ch' il ventre euacui.

Talche quando l'huomo sarà esercitato à questo modo, se il ventre non euacuerà quattro volte tra'l giorno, & la notte; (il che saria meglio, come dice Hippocrate nel secondo de' Pronost.) lo farà certo tre, & per il meno due. Et se potrà hauer tal fauore dalla natura, potrà senza danno mangiar qual si voglia sorte di cibo, che sia in uso in questa Città, perche niuno si fermerà troppo nel ventre, si assicurerà di non patir inflammatione di petto, & di polmone, febre ardente, & massime nessuno di quei mali, che da gli antichi erano chiamati acuti (come dice Hippocrate) & in somma sarà quasi certo di godere vna perfetta sanità, in quanto però a quella che si può sperare per la regola di viuere, & insieme hauerà l'habitudine temperata, & mediocre, il corpo vigoroso, & il color bello, secondo la sua complessione, perche nè il capo, nè tutto il corpo s'empiranno di vapori stercoreosi, il che accade quando il ventre è stitico, nè meno la pelle s'imbratterà di simil colore, il quale per la maggior parte è ò pallido, ò giallo, nè di quelle pustole che vengono fuori della pelle per simil causa, le quali poi nel

In qual modo l'huomo può esser sicuro d'esser sano. Come l'huomo si fa temperato, & bello.

Nota il danno, che seguita da la ritenitione de lo iterco.

nel morder che fanno, causano quel rossore. Vi aggiungo anco che costui hauerà perpetuamente li sentimenti vigorosi, secondo però che comporterà l'età sua, poi che se il ventre sarà ben scaricato, ò perche non manderà nessun uapore cattiuo alla testa; ò perche tirerà à se & dal capo, & da tutto'l corpo quello che potrà tirare, per esser vacuo, tutti gli organi de' sentimenti, & massime quelli del vedere, & del udire si purgheranno di maniera, che faranno benissimo l'officio loro, & appresso l'huomo sarà agile, & pronto in ogni sorte d'esercitio. In somma si può veramente conchiudere, che quanto più il ventre è pieno, tanto più empie il capo, & offusca tutti li sentimenti, & quanto più ogni giorno si euacua, ma moderatamente, tanto più il capo si purga, & li sentimenti si purificauo.

Quando li sentimenti sono vigorosi.

Come il ventre pieno empie la testa, & offusca li sentimenti.

De li semi simili al frumento, & de' legumi.

Cap. I I.

QUESTE cose sono dette in generale: hora mi pare che sia conueniente dir qualche cosa in particolare, & prima trattare, ò in tutto, ò in parte di quei cibi, che sogliono lubrificare il ventre, & poi in consequentia di alcuni di quelli che l'astringono, acciò che, saputo che saranno, l'huomo li possa più facilmente fuggire, ultimamente si tratterà con qual ordine l'huomo se ne potrà seruire.

Del succo d'orzo.

TRA li semi simili al frumento il succo d'orzo preso inanzi cibo lubrica il ventre, perche l'orzo ha non sò che del purgatiuo per l'humor che si contiene dentro della scorza, & in segno di ciò, se sarà cotto con la scorza, purgherà, ma se sarà leuata la scorza, rinfrescherà ben alquanto più, ma fermerà il ventre.

Come il succo d'orzo purga il ventre, & per qual causa.

Come l'orzo cotto senza scorza ferma il ventre, ma rinfresca più.

Dell'orzata.

L'ORZATA, la qual hoggidi si fa ordinariamente d'orzo cotto prima nell'acqua, & poi passato per il settaccio, si condiscie col brodo, & col Zuccaro; forse lubrica manco il ventre che la maggior parte non si pensa, perche nel farla a questo modo, si leua da l'orzo la maggior

Come si fa l'orzata, & come fa il ventre stitico.

368 Del mantenere il ventre molle
maggior parte de la virtù astringente, & purgativa, & vi si lascia quella
che più essicca.

Del pane d'orzo.

Come il pane
d'orzo stitica, &
lubrica il ventre.

COSI ancora il pane fatto de la pura, & sincera farina di orzo si
può dir, che ha la medesima virtù; ma non già, se sarà composto
con la semola; perche la sostanza purgativa parte si consuma da la maci
natura, & parte si risolve dal setaccio, che separa le scorze da la farina.

Del farro d'orzo.

Come il farro
d'orzo lubrica il
ventre.

L'ORZO mezo rotto, chiamato volgarmente farro d'orzo, se sa-
rà cotto con diligenza ò in acqua, ò in brodo, si come ritiene la
virtù purgativa, per non esser ancora intieramente separato da quella
sua sottil scorza, così più al sicuro, & più facilmente lubricherà il ventre,
che non fa l'orzata, ò il suo pane detto di sopra.

De le farine.

Come le farine lu-
bricano il ventre.
Il danno, che por-
tano le farine in
qualunque modo
fritte, & in qual
modo nuocciono.

LE farine prese col latte, per causa del siero, hanno più del lubrico, che
se saranno prese con acqua. Ma quelle, che sono cotte, ò fritte con me-
le, ò con oglio, tutte sono calde, prouocano rotti, & non passano per il ven-
tre: & questo è, perche essendo di gran nutrimento, sono ritenute molto
da la natura, prouocano poi li rotti, ò perche fermandosi lungo tempo
nel ventricolo, & gonfiate dal calor naturale in forma di vesiche, man-
dano fuori da la bocca quel suono che si chiama rotto, ò perche mentre
che il ventricolo cerca di cacciarle fuori, non potendole cacciar à basso, per
esser molto attaccate à le sue tuniche, muoue il fiato in forma di rotti. So-
no poi calde, perche, se bene il mele, & l'oglio si mescolano facilmente in-
sieme, non per questo si cuociono facilmente insieme; ma si come questo ha
bisogno d'una cottura, & quello d'un'altra, così è necessario, che il calor
naturale, mentre che li cuoce ambidui, si affatichi, & sia feruente fuor di
modo: & per questo si possono chiamar fucose, & calde.

Del pane di tutta la farina.

Nota la differen-
za, che è tra un pa-
ne, & l'altro.

PER la qual cosa ancorche il pane composto con tutta la farina essic-
chi, non dimeno esce più facilmente per il ventre, che non fa quello
che

senza medicine.

369

che è fatto con la farina sincera; & però quello che si fa col fior de la fari-
na, è più astringente, & più ancora, se sarà senza lievito, & anco più se
sarà abbruscato; & l'istessa virtù s'accresce, se sarà cotto due volte.

Del pane in commune.

IL pane fermentato, per parlar in vniversale, che non sia nè duro, nè
secco, ma fresco; è leggiero, & facilmente si smaltisce: ma se sarà
fatto senza lievito, non si smaltisce così facilmente; è però di maggior nu-
trimento. Quello è leggiero, perche l'umor suo, che è graue, si diffonde
alla sua superficie per virtù de l'acrimonia del lievito; il che si può cono-
scere dal gonfiar che fa, & poi nel cuocerlo si consuma dal fuoco. Si smal-
tisce poi, perche si come si cuoce più presto, che quello che non ha in se lie-
vito, così anco si corrompe, & si putrefa più presto; onde poi la natura è sti-
mulata à scaricarsi più presto: oltre che per il lievito ha in se vn certo pic-
col lentore, per mezo del quale netta, & purga il ventricolo, & gl'intesti-
ni; doue che quello che non è fatto col lievito, quanto più è viscoso, (poiche
la sua viscosità è simile alla colla, per esser composto d'acqua, & di farina
semplice) tanto più s'attacca; causa obstructione, & ferma il ventre. Ma
se alcuno mangiarà il pane fermentato caldo, contra il suo solito, conosce-
rà, che molto tardi scenderà à basso, & stringerà il ventre, come dice
Hippocrate nel secondo de gli acuti.

Nota le qualità
del pane in com-
mune.

Come il pane sen-
za fermento è di
maggior nutrimen-
to, ma più graue.

Come il pane fer-
mentato si cuoce
più presto.

Onde seguitano
l'altre buone qua-
lità del pane.
Il danno, che por-
ta il pane non fer-
mentato.

Il danno, che por-
ta il pane caldo.

De le frittelle.

LE frittelle, che si fanno di farina di frumento, composta con molta ac-
qua, & poi cotte con oglio, sono di succo grosso, & stringono il ven-
tre, non solo perche non hanno in se lievito alcuno, ma anco perche sono
fritte, & li cibi fritti passano con difficoltà, & stringono il ventre, come
accenna Galeno nel secondo, & terzo de gli alimenti.

Effetto de le frittelle.

Qualità delli cibi
fritti.

De l'Amido.

L'AMIDO fatto ò di frumento, ò d'orzo, leua l'asprezza de le fau-
ci, essicca, non scalda, non lubrica il ventre, ma più tosto lo stringe,
come dice Plinio, & Auicenna: & questo è, perche essendo fatto con mu-
targli spesso l'acqua, & con leuargli la semola, & la scorza, quella parte,
che in simili sorti di grani ha maggior virtù di purgare, si suanisce, &
quella che ne ha manco, resta.

La natura de l'ami-
do, & come stringe
il ventre, & per
che.

444

Del

Del farro.

Qual cosa sia il farro. **Q**UELLO, che hoggidi volgarmente si chiama farro, non si fa ancora di certo, se è il farro de gli antichi; ma pare à tutti, che sia specie di Zea. Se così è, con tutta la sua facoltà starà in mezzo tra la virtù del frumento, & quella dell'orzo, & non haueà niente dell'astri-
tuo, come dice Galeno nel sesto de' semplici medicamenti.

Del miglio.

La qualità del miglio. **L** miglio nutrisce poco, si cuoce con difficoltà, ferma il ventre, & prouoca l'orina, come accenna Dioscoride.

Del Riso.

La qualità del riso. **O**GN' VNO sà, che il riso è molto più stitico, che il miglio.

Delli legumi.

Nota la differenza che è delle faue nella sua virtù. **L**E faue, secondo l'opinione d'uno di grande autorità, fermano il ventre; ma Galeno nel primo de gli alimenti dice, che, per essere asteriue, passano assai presto; talche essendoni questa differenza, è meglio lasciarle, che mangiarne. Alcuni prouano, che stringono il ventre, perche, quando sono ben cotte nel ventricolo, passano tutte in nutrimento, come si conosçe da quelli, che ne mangiano assai, li quali si empiono tanto di carne, che pare che siano grassi; onde conchiudono, che se si conuertono per la maggior parte in nutrimento, non è poi possibile, che generino tanto escremento, che possano far il ventre facilmente lubrico. Vi aggiungono anco, che sono molto inflatiue: & queste cose tali, come di sopra hauemo detto, fermano il ventre. Che siano inflatiue, si proua per la comune natura di tutti i legumi, li quali per esser semi, hanno in se molta copia di spiriti, che generano poi molto flato; & tanto più, perche quando son entrate nel ventre, non lasciano, che gli altri cibi presi dopo loro, siano tirati alle vene, poiche si attaccano molto à quelli cibi, che toccano: così si chiudono la via da se stesse di non passar più oltre; & à questo modo empiono il corpo, gonfiano, & non escono per la via de gli altri escrementi.

De li

De li Piselli.

LI Piselli gonfiano manco che le faue; ma quanto più sono escrementosi, perche danno pochissimo nutrimento, come fanno anco le faue; tanto più facilmente douerebbono lubricar il corpo, se Galeno non fosse di contraria opinione, il quale, nel primo de gli alimenti, dice che quanto manco li piselli hanno dell'astergente, tanto più tardi sono à passar per il ventre.

Come li piselli gonfiano manco delle faue.

Nota che Galeno dice che li piselli sono tardi à passar per il ventre.

Delli fagioli.

LI fagioli, li quali, secondo alcuni, sono li dolichi, gonfiano manco, che li piselli, come alcuni vogliono, & lubricano più il ventre; & tanto più, quando si mangiano verdi, come si fa l'estate, conditi con oglio, sale, & aceto; perche quanto più sono humidati, tanto più facilmente escono.

La qualità delli fagioli; & come lubricano il ventre. Come si mangiano l'estate.

De li ceci.

L Cece bianco pigliato col brodo prouoca l'orina, per la dolcezza che ha in se, & per esser molto più salato, che dolce; prouoca il ventre; poiche per la dolcezza sua si spande più in diuerse parti, & la salsedine si ritiene con la sostanza corpulenta; onde per fermarsi con una cosa più grossa, & per star nel ventre, è poi causa de la sua lubricità. La parte dolce poi mescolandosi con gli humori più sottili, passa alle vene, & prouoca l'orina. Li bianchi sono più sicuri che li negri, li quali con la lor' acrimonia offendono le reni, & la vesica exulcerata.

In qual modo li ceci prouocano l'orina, & il ventre.

Come li ceci bianchi sono più sicuri che li negri, & in qual modo.

Delle lenti.

LE lenti si sogliono cuocer più d'una volta con l'oglio, & col sale. Il primo decotto, secondo alcuni, muoue il corpo: il secondo lo stringe. Ma quanto à la sua sostanza, quando sono cotte allefso, ogn' uno può facilmente giudicare, se stringono, ò se lubricano.

Le lenti si cuociono più d'una volta, & come.

La differenza, che è tra il primo decotto, & il secondo.

Delli lupini.

LI lupini hanno del forte, & del caldo, come dice un' huomo di grande autorità; ma se sono preparati, si fanno più leggieri, & più freddi.

La qualità delli lupini.

A a a 2 di,

Come fanno leg-
gieri.
Ciò che dice Ga-
leno delli lupini.

di, & escono facilmente per il ventre. Ma Galeno nel primo de gli ali-
menti dice, che la loro sostanza è dura, & terrestre, & che per questo si cuo-
cono con difficoltà, & anco generano humori grossi: & di più, dice che
non sono utili nè à lubricar il ventre, nè manco à fermarlo, come sono le
cose astringenti, ma che sono tardi à scendere, & con difficoltà passano, et
escono per il ventre. Ma io lascio giudicar à quelli, che habitano in luo-
ghi, doue non si mangia quasi altro, che lupini, quali di loro dice il vero.

Dele carni. Cap. III.

Come tutte le car-
ni scaldano: ma al-
cune humettano,
alcune essiccano.

Nota l'effetto de
l'humidità delle
carni.

Nota la qualità del-
le carni troppo cot-
te.

Nota la qualità de
le carni mediocre-
mente cotte.

Nota la qualità de
le carni crude.

Nota la qualità de
le carni grasse.
Nota la qualità de
le carni condite col
vino, o con l'acce-
to.

Nota la qualità
delle carni salate.
Come le carni sa-
late mouono il ven-
tre, & non l'acina.

La qualità della
carne vaccina.

TUTTE le carni, tanto seche, quanto humide, scaldano: quelle
che hanno più del secco, scaldano, & essiccano insieme; & quelle
che hanno più dell'humido, scaldano, & humettano, & appresso si smalti-
scono meglio. Et benchè la sua humidità si difenda per tutto il corpo,
nondimeno ne resta anco parte nel ventre, la qual, poichè ha humettato lo
stomaco, casca à gl'intestini, & esce per quella via. Ma le carni che sono
troppo bollite, o troppo arrostate, per hauer perso quasi tutto il suo humido
naturale, si come possono dar poca forza al corpo, così le bollite sono utili à
lubricar il ventre; perche, se bene hanno perso il suo humido naturale, sono
però humide per quell'humore acquistato dall'acqua nel bollire, doue che
le troppo arrostate, per non hauer nè l'una, nè l'altra humidità, fanno il
corpo stittico. Ma quelle, che mediocremete sono arrostate, o bollite, giouano
anco mediocremete, & à dar fortezza al corpo, & à farlo lubrico. Le cru-
de poi, cioè quelle che non son ben cotte, si come giouano à dar forza, così non
giouano à lubricar il ventre, perche, si come con difficoltà si cuociono, così
anco si smaltiscono più tardi di quel che bisogna. Le grasse scaldano, &
mouono il ventre. Le carni condite col vino nutriscono assai, ma per cau-
sa del vino essiccano, & fermano il ventre. Quelle che sono condite con
l'aceto, non scaldano tanto, & nutriscono, ma stringono il ventre, se non
hanno seco qualche cosa di guasto. Le carni salate nutriscono manco, este-
nnano, & essiccano, per esser priuate dell'humido dal sale, come hauemo
detto, ma mouono il ventre, perche vi si fermano, & lo mordono, nè
possono passar alle vene, come fanno l'acque salate, come hauemo detto.

La vaccina si fa d'un animale grosso, & di molto sangue, il quale se si
deue conuertir in carne, bisogna che si stringa in se stesso, & di gran luo-
go che prima occupaua, ne occupi poco, che à questo modo si genera la car-
ne, la qual poi, per esser grossa, & in molta quantità, si cuoce con difficultà,

tà, & poi, per esser grossa, non si smaltisce, ma se sarà ben frolla, & ben bol-
lita, si cuoce assai bene nello stomaco, et anco esce facilmente per il ventre.

La carne di bufalo fresca, oltra che è ingrata al gusto, & con difficul-
tà si cuoce, non solo mollifica il ventre, ma causa anco il flusso.

La carne di porco, perche quell'animale ha le vene sottili, & di poco
sangue, ancorche generi fiato, tanto bollita, quanto arrostita, come piace
ad alcuni de gli antichi, nondimeno lubrica assai bene il corpo, perche il
porco ha molta carne, & poco sangue, & è al contrario del bue, il quale
ha molto, & grosso sangue, & poca carne, & poi anco dura; talche si co-
me quella di porco si vince più facilmente per la sua leggerezza, & rari-
tà, rispetto à quella del bue, così ancora più presto si corrompe, & si pu-
trifca, & stimula all'escretione. Il medesimo si può dir ancora de la carne
di porco seluaggio, eccetto che è più asciutta; & per questo coloro, la cui pro-
fessione è lo star à riposo, la possono mangiar più sicuramente di quella del
domestico. La carne di vitello, di capretto, & di agnello esce più facil-
mente per il ventre, perche gli animali gioueni hanno la carne più tene-
ra, & hanno in se più sangue, & più humore, leuando però li porci pic-
cioli, li quali hanno più humidità, ma manco sangue.

La carne delli porchetti, & porchette è più graue, che non è quella de
i porci grandi, poichè il porco ha poco sangue in se, & è di natura molto
humido; & tanto più, quando è nato di fresco; talche in quel tempo, ri-
spetto alla grandezza del corpo, comparato non solo al porco, ma anco à
gli altri animali, ha molto manco sangue, che non ha quando è fatto gra-
de, come si può conoscere dalla bianchezza de la sua carne, la quale è più
densa, più graue, & più compatta, si come quella delli porci grandi è più
rara, & più leggiera, come si potrà conoscer facilmente, se si peserà una
ugual misura dell'una, & dell'altra, perche si trouerà con isperienza,
che la carne del porco piccolo peserà molto più, che quella del grande.
Questa carne adunque, poichè è entrata nel ventre, non essendo molto
tirata da le vene per causa de la sua densità, (cosa che accade più à gli
otiosi, che à quelli che fanno esercizio) & fermandosi nel ventricolo, ri-
scalda il ventre, & non lo fa lubrico, ma più presto lo conturba, & è cau-
sa alle volte di quel male, che si dice da Greci *χολέρα*, il qual viene con
gran flusso di ventre. Et per questo Hippocrate, nel quarto de gli acuti di-
ce, che le carni de li porchetti sono cattive, & massime se sono mal cotte,
& arrostate d'intorno intorno, (che così pare che dica il testo appresso à
Caluo) conturbano il ventre, & producono quel male, che si chiama Cho-
lera, il qual si potrà dir in Greco *χολερότερα* benchè alcuni leggano *χο-
λόρα*,

La qualità de la
carne di bufalo è
tra l'altre di mo-
uer il ventre.

La qualità della
carne di porco, e
che lubrica il ven-
tre assai bene.

Come il porco ha
molta carne, & po-
co sangue, & è al
contrario del bu-
ue.

Come la carne di
porco è leggiera,
rara, & facilmente
si corrompe, & lu-
brica il ventre.

La differenza, che
è tra'l porco sel-
uaggio, & il dome-
stico.

Et a quali questa
giouani più che l'al-
tra.

La qualità della
carne di vitello, di
capretto, & di
agnello.

Come li porci pic-
coli hanno più hu-
midità, ma manco
sangue.

La qualità della
carne de porchet-
ti, & porchette.

La differenza, che
è tra la carne de
porci piccioli, &
quella delli grandi.

L'effetto, che fa la
carne de porci pic-
coli nel corpo hu-
mido.

λόςδα, il che mostra, che quel luogo è molto scorretto.

La qualità della carne di lepre.

La carne di lepre è secca, & ferma il ventre, & stimula in certo modo la natura à pronocar l'orina.

La qualità de la carne di capriolo.

La carne di capriolo quanto manco è secca, & più tenera, tanto più facilmente si cuoce, & anco forse si smaltisce.

La differenza, che è tra la carne de maschi, & de le femine.

La carne di tutti li maschi castrati, paragonati à le femine de la sua spetie, è più humida di quella de gl'interi: non si fa però ancora, se faccia il ventre più lubrico: ma quella che volgarmente si chiama di castrato, che si nutrice in luoghi secchi, si come è manco humida, così ha migliore, & più soave odore: ma se sarà nutrito in luogo humido, è ben' alquanto più humida, ma è anco di non soave odore, & sapore. Et però quella

La qualità de la carne di castrato.

sorte di carne in Spagna, & in altri simili paesi è di più nutrimento, & anco più saporita; ma à Roma, perche è luogo humido, nutrice manco, & è manco saporita; eccetto però, se li castrati saranno nutriti altroue in buon luogo, & che subito giunti à Roma s'amarzino: talche quelle sono più atte à nutrire, ma non à lubrificare il corpo: queste per il contrario nutriscono manco, ma forse poi, per esser tanto humide, più facilmente lubrificano il ventre.

Come, & perche in Spagna li castrati sono migliori, & più saporiti, & in Roma non sono tanto saporiti.

Tutte le carni d'uccelli, per, esser secche, fermano il ventre: (leuate però quelle de gli uccelli che vivono ne l'acqua) il che è causa di molti mali alli ricchi, li quali di continuo mangiano più di questi, che de gli altri cibi. Tuttavia quãdo stanno tanto tempo morti, che si fanno ben frolli, perche facilmente si cuociono, presto ancora si smaltiscono; poiche è verisimile, che tutte quelle cose, che facilmente si cuociono, facilmente ancora si alterano, & si mutano in altra forma; & tutte le cose simili facilmente ancora fanno il corpo molle, se non per altro, almeno perche facilmente si putrefanno; poiche subito che una cosa è putrefatta, morde il ventre con la sua acrimonia, & stimula la natura all'espulsione: di tal sorte è la carne di gallina, di fagiano, di pernice, & simili altre carni.

La differenza, che è tra l'un castrato, & l'altro per lubricar il ventre.

L'estreme parti de gli animali di quattro piedi, cioè grugni, orecchie, & piedi si smaltiscono facilmente, (si come di sopra hauemo detto, di mente di Galeno nel terzo de gli alimenti) perche partecipano di quel lentore, il qual però non è tanto, che si attacchi troppo ostinatamente al corpo; talche quando si sono accostati à gli escrementi del ventre, & de gl'intestini, & alterati dal calor naturale, si ritirano in se stessi, come fa la terrentina, quando è cotta ne l'acqua calda; tirano à se gli escrementi, & nettano le parti, doue sono attaccati: la qual attione è anco aiutata dalla natura, che cerca di cacciar da se quelli escrementi, che la molestano; tal

Come le carni di uccelli fermano il ventre.

che

Nota che questi uccelli sono di danno a i ricchi. In qual modo gli portino poco danno.

Come li cibi, che facilmente si cuociono, lubrificano il ventre.

L'utile che portano l'estreme parti de gli animali quadrupedi, & in qual modo segue questo effetto.

che

che

che

che

che

che

che essendo poi il tutto congiunto insieme, escono fuori per il ventre più presto di quello, che l'huomo forse non si pensa.

Delle cartilagini.

Le cartilagini de gli animali gioueni, oltra che sogliono eccitar l'appetito à qualch'uno, passano facilmente per il ventre, per causa di quel suo lentore.

La qualità de le cartilagini de gli animali gioueni.

Del ceruello.

Per il contrario il cernello, & massime de' quadrupedi, suol nuocer à quelli, che non hanno alcuno appetito: è di grossa sostanza, si cuoce con difficoltà, & molto tarda à passar per le vene, & per il ventre: ma quello de gli uccelli quanto più è duro del cernello de' quadrupedi, tanto è migliore, come dice Galeno nel terzo de gli alimenti; non gioua però niente di più, per conto de l'espulsione al ventre.

La qualità del ceruello, & massime delli quadrupedi. Come il cernello de gli uccelli è meglio, che non è quello de quadrupedi.

De la midolla de gli ofsi, & del cuore.

La midolla de gli ofsi, si come è più soave del cernello, così anco può lubricar il ventre per la sua grassezza: per il contrario il cuore passa tardi, perche è duro, & fibroso.

La qualità de la midolla de gli ofsi, & del cuore.

Del fegato.

Il fegato di tutti gli animali perche si fa più denso, & più solido dal caldo, & da l'humido, & l'istesso effetto seguita dall'alteratione che si fa dal nostro calore, si come di sopra ho detto, si vince con difficoltà, & tardi passa à basso: nondimeno il fegato de l'oca nutrita di latte insieme con altri cibi (si come dice Galeno nel terzo de gli alimenti) non passa così tardi à basso, come anco si può credere che faccia quello de la gallina, & del cappone cotto sopra i carboni accesi: tanto che se l'huomo lo mangia, mentre che è tenero, & mezzo sanguinoso, si liquefa facilissimamente in bocca.

La qualità del fegato.

La qualità del fegato de l'oca nutrita di latte.

La qualità del fegato della gallina, & del cappone.

De gl'intestini, matrici, ventricoli, & testicoli.

Gl'intestini, matrici, & ventricoli, quanto più eccedono in siccità, & durezza le altre parti, tanto più difficilmente scendono al basso: ma li

La qualità de l'intestini, matrici, & ventricoli.

testi-

La qualità delli
testicoli de' polla-
stri.

testicoli de' pollastri, & massime quando sono nutriti di latte composto cō altri cibi, ancorche siano di buon nutrimento, & facili da cuocere, non giouano però, nè noccono alla deiectione, come dice Galeno nel terzo de gli alimenti.

Del fangue.

Nota ciò che dice
del fangue.

Il fangue di gallina, & di polli, & di porci comunemente si suol mangiare, & quello di lepre anco è lodato da Galeno; & quando se ne prende in molta copia, suole mouer ad alcuni il ventre: ma perche s'indurisce dal caldo, & da l'humido, come fa anco il fegato, onde più presto astringe che altrimenti, bisogna conchiuder, che ha piu presto contraria virtù: & se dal mangiar suo ne seguita lubricità di ventre, questo è, perche se ne piglia in troppo quantità.

Come il fangue
stringe, & come lu-
brica il ventre.

Del latte, capo di latte, butiro, & ricotta.

La qualità del lat-
te.

Il latte quanto più è liquido, tanto più muoue, & quanto più è grosso, tanto meno muoue il ventre, (come dice Galeno nel terzo de gli alimenti) perche ferma il ventre con la sua sostanza grossa, de la quale si fa il cascio; ma per la facoltà del siero lo muoue: & per questo il latte di capra passa più facilmente al basso per il ventre, quello di vacca manco, quello di pecora lo ferma. Il capo di latte se è ben grasso, si come mollifica più il ventre, così offende manco il capo. Il botiro poi, quando se ne piglia in abbondanza, purché non faccia nausea, è molto utile à lubricar il ventre, come è anco l'oglio.

La differenza tra'l
latte di capra, di
vacca, & di pecora.
La qualità del ca-
po di latte.
La qualità del bu-
tiro.

La qualità de la ri-
cotta.

La ricotta, se si ferma nelle fauci, & nel ventricolo, dà qualche molestia, si cuoce con difficoltà, graua il capo, non mollifica il ventre, anzi quanto manco è fresca, tanto più l'astringe.

Del cascio.

La qualità del ca-
scio.

Il cascio fresco senza sale, secondo Dioscoride, mollifica leggiermente il ventre: nondimeno vedendo, che quanto più si cuoce al fuoco, tanto più si condensa; si può dubitare, che non ne segua il medesimo effetto dal calor de l'animale, (ancorche alle volte liquefaccia molte cose che non può liquefar il foco) & che più presto astringa, che mollifichi; tanto più essendo detto d'Hippocrate nel quarto de gli acuti, (come in Galeno espone) che è cibo crudo, & duro da cuocere, & che causa astringitione; perche le-

Dubio, che si può
far sopra il cascio.

uato

uato il siero, che fa quell'effetto, si condensa dal quaglio in una sostanza solida. Ma se pur alle volte mollifica il ventre, fa questo effetto non per se stesso, ma per esser ben composto con altre cose, la cui siccità, & fragilità cō giunte col suo lentore, fanno poi l'effetto di lubricar il ventre. Però secondo la mia opinione, colui farà manco errore, il quale mangierà il cascio non dopo pasto (come quasi tutti fanno) ma in mezzo il pasto, componendolo cō gli altri cibi o prima o mentre che si mangia, ma però in poca quantità; poiché quando si piglia in ultimo, non penetra ne i cibi, che sono presi prima; & ancorche se gli beua appresso, non si può però così ben liquefare nè dal vino, nè da l'acqua, che possa penetrar tutto il cibo, in modo che con esso si faccia buona mistura; ma più presto si ferma nella superficie di esso cibo, & inui sta crudo, & indigesto, si come si può conoscer da i rotti frequenti, & da gli sputi copiosi, che ascendono spesso dal ventricolo alla bocca.

Come il cascio
può mollificare
il ventre.

Come il cascio si
deue mangiar fra
pasto.

L'effetto, che se-
gue dal cascio mā-
giato in ultimo.

Come si conosce
l'effetto del cascio
preso dopo pasto.

De gli Oui.

Gli oui hanno non so che del gagliardo, nutriscono, & gonfiano: li sordili, cioè mal cotti escono per il ventre più facilmente, che cotti in qualunque altro modo, si come insegna Galeno nel terzo de gli alimenti. Li duri stringono il ventre, & tanto più, se sono arrostiti. La gagliardia che hanno, nasce da questo, perche da essi si genera un animale: nutriscono poi, perche quell'animale si nutrice dell'istesso ouo: gonfiano, perche se bene occupano poco luogo, si diffondono però, & si sargano in una gran mole, come si vede manifestamente, quando sono bene sbattuti con qualche verghetta. Muouono il ventre, ma non in tutti, & solamente in quelli, ne i quali si corrompono, o che non si cuociono bene; perche se si corrompono, si putrefanno ancora, & putrefatti morsicano, & stimolano la natura all'espulsione: quando poi non si cuociono bene, ritengono in se un certo lentore, il quale se sarà poco, è molto utile al lubricare il ventre: (si come hauemo detto di sopra, quando trattauamo di mente di Galeno della malua, & de li piedi de gli animali) se poi saranno ben cotti, nutriscono assai bene, ma il rosso spesso s'indurisce, & il bianco poco manco; onde quel lentore, per il quale si muoue il ventre, si perde affatto.

Tre qualità nota-
bili che hanno gli
oui.

Come li mal cotti
escono più facil-
mente per il ventre
che li ben cotti.

Come gli oui du-
ri stringono il ven-
tre.

La prima qualità
de gli oui è la ga-
gliardia, & come
si conosce.

La seconda è che
nutriscono, & in
qual modo.

La terza è che go-
nfiano, & come que-
sto segue.

A quali mouono
il ventre, & come.
Come mouono il
ventre se sono mal
cotti.

Se sono ben cotti
nutriscono assai,
ma non mouono
il ventre.

De li Pesci. Cap. IIII.

LI PESCI arrostiti nutriscono assai, ma passano con difficoltà, si come dice Zenocrate. Quelli che sono cotti allesto, nutriscono man-

La differenza tra
li pesci arrostiti, &
bolliti.

Bbb

co,

co, ma scendono più facilmente à gl'intestini. Et per questo Dioscoride dice, che il brodo buono de li pesci freschi, preso da se, & col vino, muoue il ventre. Li pesci si cuociono semplicemente nell'acqua, con l'aggiunta de l'aneto, del sale, & dell'oglio. Quelli che presto si putrefanno, si come presto acquistano acrimonia per la putredine, la quale stimula il ventre, così anco escono per il ventre più presto.

Li salati, ancorche esicchino, & attenuino, per la maggior parte però non sono senza qualche humidità: & per questo muouono alquanto il ventre, tanto più per il sale, che stimula la natura all'espulsione. Similmente alcune de le parti sue, come il capo, & il ventre, lubrificano il corpo assai più facilmente, che non fa la schiena, & la coda.

Li polpi, & le sepie, & simili altri pesci non sono così leggieri, come paiono, nè manco passano per il ventre; & però quando sono mangiati, grauanano la vista, ma li brodi loro muouono il ventre, per hauer un poco di lentore.

Le conchiglie, come sono quelle, che à Venetia si chiamano asture, li oguelli, le pantalene, li corneti, & le ostriche sono tutte secche, ma le loro humidità muouono il corpo, & molto più li muscioli, le cappe sante, & le telline fanno questo effetto, & massime le ortiche, & gli altri pesci, che hanno la cartilagine.

Gli oui de' ricci, & li brodi delle locuste, & de' gambari, & massime de' fiumi passano per il ventre, & insieme prouocano l'orina.

Et così Galeno nel terzo de gli alimenti dice, che quelli, la cui coperta è simile à la pietra, hanno questo di commune, che l'humore della carne sua è salato, il qual muoue il ventre più & meno, secondo la sua quantità, & qualità. La carne poi delle ostriche, tra quelli che hanno la guscia è tenerissima. Ma poi le cappe chiamate sopracelo, le vertebre, che in Sicilia si chiamano spondili, & le cappe lunghe, oguelle, & cornete, & altri simili l'hanno dura. Et per questo si può con ragione dire, che le ostriche muouono gagliardamente il ventre, ma danno poi debil nutrimento; & così quell'altre che sono più dure, con più difficoltà si cuociono, ma danno poi più sodo nutrimento.

Gli astaci, cioè leoni, granciporri, granci, gambari, & lumache di mare, & gambari d'acqua dolce, & altri simili, chiusi in una sottil scorza, che si mettono tra quelli, che hanno la crosta, poiche sono simili in durezza alli testacei, hanno in se molto manco humor salato, che li testacei; & per questo la lor carne ferma il corpo, poiche ha lasciato quel poco di salato, che haueua, nell'acqua, dou'è bollita, la qual poi lubrifica il ventre, poi-

che

Come si cuociono li petti. Quelli che presto si corrompono lubrificano meglio il corpo.

Li pesci ancor che siano salati muouono però il corpo, & in qual modo. Qual membro in particolare muoue più il ventre.

La qualità delli polpi, & delle sepie.

La qualità delle nacare, oguelle, pannelle, & ortiche.

Delli muscioli, cappe sante, & ortiche.

La qualità delli oui de ricci, & de brodi delle locuste, & de gambari. La qualità di quelli che hanno la scorza come pietra.

La qualità delli ostriche, delle cappe sopracelo, delle vertebre, cappe lunghe, oguelle, & cornete.

La qualità de gli astaci, granciporri, granci, gambari, & lumache.

Quali, & perche fermano il corpo con la carne.

Qual brodo lubrifica il ventre, & qual insieme prouoca l'orina.

che quel succo salato, che ha alquanto del lento, passa facilmente a quelle parti; ma se hauerà alquanto più del sottile, prouocherà l'orina. Bisogna anco sapere, che la carne delle lumache è dura, & difficile da cuocere, si come dice Galeno nel terzo de gli alimenti; ma il suo succo muoue il ventre: & però, accioche habbia più virtù di lubrificar il corpo, alcuni la condiscono con ooglio, garo, & vino. Le carni poi de le tartaruche, ancorche Galeno non l'habbia poste tra i cibi, nondimeno per hauer la coperta simile à la pietra, & per esser simile ancor nel resto à li testacei, bisogna dir che sono molto dure, & difficili da digerire; ma il brodo suo per hauer un poco di lentore, ordinariamente mollifica il ventre: & per questo si può dire, che non le carni sue, ma ben il brodo gioua à lubrificar il ventre. In questo luogo non posso mancar, ch'io non auuertisca una cosa, la qual sarà di molta utilità alli sani, & molto più à gli amalati: che alcuno non dia da mangiare alli debboli, & massime di stomaco, le carni di lumache, di tartaruche, & d'altri simili animali; perche costoro non le possono cuocere senza qualche grande offesa: & in ciò fanno grande errore quelli medici, che le danno per ristoro à tifici, & à gli ettici, fondati sopra l'autorità di Galeno nel terzo de gli alimenti, doue parla di questi animali; (la quale però non intendono) & per questo offendono fuor di modo li poueri amalati. Le parole sono queste. Noi solemo dar spesso questa forte di carne à quelli, nel cui stomaco li cibi si corrompono, ò per gli humori cattiuu, che sono corsi dal fegato allo stomaco, ò per quelli che si trouano iui ne le membrane, & tuniche sue. Quelli medici adunque, che le danno alli tifici, per veder li sputi suoi guasti, & corrotti, con tutto che non vengano dallo stomaco, ma dal petto, le danno poi a gli ettici, ingannati da la simiglianza d'una falsa ragione, perche hanno visto, che giouano notabilmente ad alcuni magri, & secchi, ma forti di stomaco, come sono alcuni molto caldi di complessione, colerici, magri, che fanno spesso li rotti puzzolenti, nel cui ventricolo li cibi leggieri si corrompono, & li grossi si cuociono bene; così poi si pensano, che debbiano giouar parimente a gli ettici, & quasi consumati; ma sono in grandissimo errore: li primi, perche pensano, che gli humori putridi, che sono nel petto, siano nello stomaco: li secondi poi, perche si affaticano di curar quelli, c'hanno lo stomaco debile, come se l'hauessero gagliardo.

Nè bisogna, che questi si difendino con l'autorità di Dioscoride, il quale ha scritto, che li gambari delli fiumi, posti da costoro tra quelli, c'hanno la crosta, giouano alli tifici, perche per questa parola (come ben sanno

Bbb 2 quelli,

Come la carne delle lumache è dura, ma il brodo muoue il ventre.

Come la carne della tartaruca è dura, ma il brodo muoue il ventre.

Nota l'error di alcuni Medici, che danno la carne di tartaruche a i tifici.

Nota le parole di Galeno non intese da alcuni.

In qual modo que li Medici s'ingannano.

Quali sono quelli c'hanno bisogno della carne della tartaruca.

Doi errori si fanno in questa falsa opinione.

Come s'intende questa parola tifici.

quelli, c'hanno prattica della lingua greca) non solo s'intendono quelli che si struggono per hauer ulcerato il pulmone, ma quelli che si consumano ancor per altra causa. Et però Dioscoride nō da li gambari a quelli c'hanno lo stomaco debile, & che sono estenuati per l'ulcere del pulmone, ma ad altri, che per altra causa si smagriscono; & forse intendeva di quelli, de' quali hauemo poco fa parlato, secondo Galeno. Ma tanto basta per hora.

De le Radici. Cap. V.

L'effetto dell'aglio.

Come l'aglio lubrica il ventre, & prouoca l'orina.

Come l'aglio debilita la vista.

Come il porro è simile all'aglio.

La qualità della cipolla.

L'utile che porta la cipolla.

L'effetto che fa il rafano pigliato inanti, & dopo pasto.

La differenza che è tra Galeno, & Dioscoride del rafano.

L'AGLIO per la uehementia, & grandezza del suo spirito prima gonfia, & poi perche è molto caldo, dissipa il flato c'ha in se; & con questo se ne passa facilmente alla vesica, & anco al ventre. Nè è da marauigliarsi, che possa far & l'uno & l'altro effetto, perche ha qualche notabil possanza di lubricar il ventre, per il lentore c'ha in se; & il che si conosce con l'ispeienza, ancorche alcuni di grande autorità lo neghino. Muoue poi l'orina, per la sua acrimonia, che sta più fissa nell'humidità: & però quelli, ch'ogni giorno ne mangiano, si euacuano il corpo spesso, & in gran quantità, per l'una & per l'altra via; cosa che non possono far li sparagi, & simili altre cose; ma debilita la vista.

Il porro, perche ha quasi le medesime facultà, c'ha l'aglio insieme con l'acrimonia, la qual resta nel ventre, parte con il succo, parte con la sostanza grossa, passa per la via del ventre, & dell'orina, non meno di quello, che faccia l'aglio; & è meglio cotto, che crudo, se bene Filotimo pensa, ch'il crudo si cuocia più facilmente, perche essendo più tenero, & più friabile, si disfa più facilmente in bocca.

La cipolla non da quasi alcun nutrimento al corpo, & benche riscaldi, il suo succo però, per esser molto acre, & pungente, liquefa assai, & poco s'attacca a i membri; talche non da quasi alcun nutrimento, ma bene essicca notabilmente: questo però ha di buono, che eccita l'appetito ad alcuni, & poi ch'è entrata nello stomaco, stimolando la natura con l'acrimonia sua, passa per il ventre.

La radice chiamata da alcuni rafano, si mangia inanti pasto, per muouer il ventre, come dice Galeno nel secondo de gli alimenti: Dioscoride però dice, che conforta il ventre, ma bisogna pigliarla dopo pasto, perche così è più utile alla digestione; talche s'è pigliata inanti, inalta, & fa, ch'il cibo sta sopra di se. Il medesimo dice Auicenna, ma qual di loro dica meglio, non si può conoscere, senon con l'ispeienza: ma ben la ragione vuole,

vuole, che se muoue il ventre, fa l'effetto, non perche mollifichi, ma perche aggraua, & conturba, si come fanno la maggior parte de li medicamenti, & li cibi corrotti nel ventricolo.

Bisogna anco saper, che le radici, & il seme del finocchio seluaggio, il qual per la grandezza è chiamato hippomaratro, ha più facultà d'essicar, che non ha il domestico, & per questo si può giudicar, ch'anco debba stringer il ventre, come dice Galeno.

La rapa è calda, turba il corpo, humetta, prouoca l'orina, hora facilmente, hora con qualche dispiacer, ma nè muoue, nè ferma il ventre, si come dice Galeno nel secondo de gli alimenti. È calda, perche è composta d'humor acre, & dolce; ma quello è nella scorza, & questo è nella polpa.

& già che la natura nostra si serue del caldo per instrumento à far le sue operationi, mentre che tira à se il dolce, che gli piace, & caccia da se l'acre, che gli dispiace, si come è forzata à voltarli à queste operationi contrarie, & à straccarsi, così è necessario, ch'il suo calore si commuoua troppo, & s'infochi. Conturba poi il corpo, perche gonfia, & si cuoce con difficoltà: humetta anco, si perche ha del succo assai, si anco perche se l'animale ne mangia, s'ingrassa molto, & presto, come si vede con l'esempio de li boui, li quali, mentre che ne mangiano, presto si fanno grassi. Prouoca l'orina, per la dolcezza dell'humor suo, ma lo fa alle volte con qualche dispiacere, se si mangia con la scorza, la qual, perche è acre, ha in se l'humore alquanto fastidioso, & molesto.

Non muoue il ventre, perche si conuerte nella sostanza del corpo, per la maggior parte, & non resta nello stomaco: nè manco ferma il ventre, perche ancorche sia cauata la humidità, nondimeno la sua parte grossa non resta mai nel ventre senza qualche humidità.

Delle herbe. Cap. VI.

L'APIO domestico, che (secondo alcuni) è il nostro petroselino, dice Dioscoride, che ferma il ventre; nondimeno le sue radici giouano alquanto per farlo lubrico, non solo perche se ne mangia in maggior copia, ma anco perche hanno alquanto dell'aster suo, come accenna Galeno.

Il succo della bieta, secondo Galeno nel secondo de gli alimenti, muoue il ventre: le foglie, secondo alcuni, lo fermano: le radici poi più presto lo mollificano, ch'alimenti: la bieta bianca ha del lenitivo, ma la nera ha dell'astrettino, come dice Dioscoride, & Galeno.

In qual modo il rafano può mouer il ventre.

La facultà del finocchio seluaggio.

La facultà del rapo.

In qual modo il rapo è focoso.

La natura opera per mezzo del caldo.

In qual modo il rapo conturba il corpo.

In qual modo il rapo prouoca l'orina.

Per qual causa il rapo non moue il ventre.

Per qual causa non ferma il ventre.

Le radici del petroselino lubricano il ventre.

Il succo della bieta moue il ventre, le foglie lo fermano, la bieta bianca lubrica, la nera stringe.

Il biedone è lenituo.

Il decotto del rumice è lenituo.

La malua è lenitua, & perche.

La lattuca nè moue nè ferma il ventre.

Con qual facultà il corpo si ferma.

Con qual facultà il corpo si moue.

La porcellana stringe.

Qual porcellana moue il ventre.

L'atriplice, & il biedone di Galeno hanno virtù di mouer il ventre.

Il lupulo, & il spinacchio lubrificano il ventre.

Il basilico verde lubrifica il ventre, ma secco lo stringe.

L'ortica purga il ventre, & in qual modo.

Il cauolo è lenituo, ma poco cotto, troppo cotto ferma il corpo.

Virtù del brodo del cauolo, & dei leniti.

Il bietone, secondo Dioscoride, non ha altra virtù medicinale, senon che fa il corpo obbediente.

Il decotto di tutte le specie di rumice, cioè del lapanto, secondo l'autor medesimo fa anco il medesimo effetto.

La malua ha la medesima facultà, non solo per l'humido, ma ancor per il lentore, come dice Galeno nel secondo de gli alimenti, poiche partecipa dell'una & l'altra qualità.

La lattuca (secondo ch'esso iui dice) nè ferma, nè moue il corpo, come che non habbia nè dell'acerbo, nè dell'austero, per le quali facultà il corpo si ferma; nè manco ha dell'acre, nè del salato, nè alcun'altra qualità absterfua, per la quale la natura è stimolata all'espulsione; benchè secondo un'autor greco, incita moderatamente il ventre, ma secondo Dioscoride lo mollifica.

La porcellana (come Dioscoride vuole) ha facultà di astringere: ma quella che nasce nelle paludi, se si conseruarà un pezzo così colta, per esser fatta troppo tenera, con il suo lentore moue il ventre, come dice Galeno della malua nel secondo de gli alimenti.

Nè l'atriplice, nè il biedone (del qual poco fa hauemo parlato) mouono il ventre, come dice Polibo, ò un altro antico autore. Galeno però nel secondo de gli alimenti dice, che sono molto atti à lubrificar il corpo; & tanto più, se vi sarà seco qualche cosa, ch'aiuti quest'operatione, hauendo poca possanza di far quest'effetto, perche non hanno qualità nè acre, nè nitrosa di mouer il ventre.

L'atriplice anco, secondo Dioscoride, non moue manco il ventre di quello che faccia il biedone, (come poco fa hauemo detto) anzi prouoca anco il vomito, quando se ne prende troppo.

Il lupulo, & lo spinacchio posto da alcuni tra le specie dell'atriplice, passano facilmente per il ventre, come quasi tutti fanno.

Il basilico secco scalda, & ferma il ventre, ma se è verde, non scalda, ma mollifica il ventre, (come dice Dioscoride); & questo sarà forse, perche ha in se troppo humore, come Galeno pensa.

L'ortica leggermente purga, come dice Galeno nel quinto de' semplici medicamenti, non come medicamento, ma con la virtù absterfua, ò stimulante.

Il cauolo scalda, & è lenituo, purchè sia mediocrementemente cotto alessò: & appresso, secondo alcuni, euacua gli humori biliosi; ma per il contrario s'è troppo cotto, ferma il ventre, & il brodo di quello, che mediocrementemente è cotto, solue il ventre, non meno di quello che faccia il primo brodo della

della lenticchia; ma se sarà cotto due volte, lo stringe, perche la virtù solutina resta nel primo brodo.

Il calamento scalda, & moue il ventre, perche è absterfuo.

Il pulegio ancora scalda, & moue il ventre, & purga per da basso la colera nera, come dice Dioscoride.

Di tal facultà è anco l'origano, perche scalda, & purga la colera.

La satureia detta in volgar conicella fa gli effetti simili all'origano, ancorche Dioscoride dica, che la sua virtù sia più simile al thimo, il qual è caldo, & passa per la via dell'orina, & de gl'intestini, & è purgatiuo della piuita.

L'hifopo, per esser caldo, purga per il ventre la flegma, & gli humori grossi, & pare che sia quasi simile al thimo.

Il capparo verde, secondo Galeno nel secondo de gli alimenti, inanti che si sali, ha dell'humido che nutrisce, ma lo perde quasi tutto, poi che è salato, (saluo se è ben lauato dal sale) & moue il ventre: et però Dioscoride dice, ch'il capparo è nociuo allo stomaco, & lo conturba; ma se sarà bollito alquanto, se gli accomoda più facilmente.

La sinape è calda; & questo s'intende tanto del seme, quanto del fusto, & di più passa per il ventre; & questo forse accade, perche scendendo à gl'intestini, si come non può ancor hauer lasciato la sua acrimonia, della qual è composta, & gli è naturale, così incita la natura à cacciar fuori gli escrementi per quella via: è ben vero, ch'è di qualche danno alli membri dell'orina; perche si come presa per bocca, subito ponge le narici, & fa stillar qualche humore per quella via, così penetrando alle vene spargendo con la sua acrimonia l'humor che troua, & stimolando li vasi dell'orina, la prouoca si, ma con qualche molestia.

Alla sinape è molto simile (secondo alcuni) la ruccola; però sono in errore coloro, li quali credono, che Dioscoride habbia detto, che quest'herba rucola sia detta *ωχβιλιος*, cioè che faccia il ventre buono, & obbediente.

L'herba del coriandro mangiata ò cotta, ò cruda, mollifica il ventre; & questo forse accade, perche lo mette tutto sotto sopra con il suo sapor poco grato; ma se sarà del tutto insoane, come suole esser ad alcuni, acquista quasi la natura di veneno; onde Galeno nel secondo de gli antidoti insegna, di mente d'Asclipiade li rimedij, che gli conuengono, come à veneno; ma il suo senze è caldo, (secondo Galeno) acqueta li rotti acidi; preso dopo pasto prouoca il sonno, ferma il ventre, come fa l'aniso, si come insegna Dioscoride.

Si come le foglie del lapazio mollificano il ventre, (come poco fa hauemo

Il secondo brodo del cauolo stringe il ventre.

Il calamento moue il ventre, & perche.

Il pulegio moue il ventre. L'origano è lenituo.

La satureia è simile all'origano. Il thimo purga la piuita.

L'hifopo purga la flegma.

La facultà del capparo.

La facultà della sinape, & come moue il ventre.

Come noce alli vasi dell'orina.

Come la ruccola è simile alla sinape. Error d'alcuni intorno alla ruccola.

Il coriandro moue il ventre, & in qual modo.

Come acquista la natura del veneno.

La facultà del seme del coriandro.

Le foglie del lapazio mollificano il ventre il seme lo stringe.

mo detto) così il suo seme l'astringe; & questo afferma Galeno nel libro della theriaca à Pisone, & nel settimo de' semplici medicamenti.

La mercorella fol
ne il ventre.

Non bisogna in questo luogo dire, che l'una & l'altra specie di mercorella presa à pasto nel modo, che si prendono le altre herbe, solua il ventre, perche è noto à tutti; ma quando purga l'acqua in abundantia, & non gli escrementi stercorosi, ogn' uno deue auuertire, che per questa causa quanto maggior euacuatione hauerà fatto, tanto più stringerà il ventre nel tempo auenire; & per questo non si può metter nel numero di quelle cose, che lubrificano il corpo.

Come la merco-
rella stringe il ven-
tre.

La facultà della
ruta.

Bisogna anco saper, che la ruta presa inanti pasto è contraria (come tutti credono) alli veneni mortiferi, che si prendono dopoi; nondimeno stringe il ventre, come Dioscoride dice.

La facultà dell'ane-
to.

La facultà del rof-
marino.

Il rosmarino fer-
ma il ventre.

L'aneto è caldo, & applicato alle narici lena la voglia di starnutare, & ferma il ventre, secondo l'istesso Dioscoride.

Il rosmarino scalda, attenua, netta, risolve il flato, fa il flato di buon odore, prouoca l'orina, è molto commodo à condir li cibi, ma ferma il ventre.

Le facultà del ma-
cerone, che ferma
il ventre.

Le foglie del macerone seruono per aiuto di conseruar le cose, che si condiscono, ma fermano il ventre.

La menta stringe.

La saluia stringe.

La menta domestica ha virtù di scaldare, d'essicar, & di astringer. La saluia è secca, & però non mollifica il corpo, ma più presto alquanto l'astringe.

La cicorbata stringe.

La cicoria stringe,
& come.

La condrilla stringe.

La cicorbata si come moderatamente rinfresca, così ancora moderatamente ferma il ventre.

La cicoria, così domestica, come seluaggia, ambedue sono utili allo stomaco, rinfrescano, & astringono, ma fermano il ventre, quando sono cotte, perche lasciano quasi tutta l'amarezza, che può stimular gl'intestini all'espulsione.

La condrilla, chiamata da alcuni lattaiola, è specie di cicorea, & ha le medesime facultà.

Finalmente l'endiua quanto più è bianca, tanto manco è atta à lubrificar il ventre, perche è manco amara assai.

Delli germogli, & delli asparagi.

ALCUNI nel principio della primavera mangiano li germogli teneri dell'una & l'altra brionia: Galeno nel sesto de' semplici medicamenti dice, che nella primavera è commune usanza, che tutti mangiano

giano li primi germogli della brionia bianca, come che sia cibo grato allo stomaco, per l'astringentia, che ha; ma per esser quell'astringentia conalquanto di amarezza, & d'acrimonia, prouoca mediocrementel'orina, & non dice poi, che lubrichi il ventre.

Secondo Galeno li germogli della brionia prouocano l'urina, ma non il ventre.

Altrimenti scriue Dioscoride nel quarto libro, il qual dice, che li primi germogli della brionia, chiamata vite bianca, mangiati cotti alessi, prouocano il ventre, & l'orina: ma poi parlando della brionia nera, chiamata da Romani uua taminia, non gli assegna questa facultà, ma dice, che le sue prime foglie si mangiano come l'altre herbe, & purgano li mestruui, & l'orina: ma li germogli, & tutti li sparagi, quando sono freschi, mentre che hanno il suo solito lentore, possono facilmente muouer il ventre (come di sopra hauemo detto) ma se con il lentore vi s'accompagnerà ancora qualche qualità, ò acre, ò amara, (purche però non sia tanto intensa, che non li lasci mangiar) saranno tanto più lenitiui, quanto più quella qualità sarà acre, in rispetto però al nutrimento che danno.

Secondo Dioscoride fanno l'urina, & l'altro effetto.

Li germogli della brionia nera perche mouono il ventre.

Quelli, che da noi si chiamano veramente asparagi, quando sono tenerini, & presto si cuoceno, non solamente mouono l'orina, ma ancora lubrificano il ventre: ma se sono duri, ò troppo cotti, più presto l'astringono: & à questo modo forse intendeva Hippocrate nel primo de' dieta, quando disse, che l'asparago è secco, & ferma il ventre.

Li sparagi freschi mouono il ventre, & l'orina.

Li duri lo stringono.

Come s'intende Hippocrate sopra di ciò nel primo de' dieta.

Quando poi Dioscoride disse nel secondo libro, che li asparagi prouocano l'orina, & lubrificano il ventre, purche siano presto, & poco cotti, intende all'altro modo.

Come s'intende Dioscoride nel secondo libro sopra di ciò.

Delli frutti, & massime di quelli, che durano poche hore, chiamati da gli Antichi horarij. Cap. vi I.

LI FRUTTI, che si chiamano horarij, non si possono così facilmente superar dalla natura nostra, perche si corrompono nel ventre inanti che siano conuertiti in nutrimento à noi proportionato: & però non è cosa sicura il mangiarne, à fine che nutriscano; ma se alcuno ne vorrà mangiare, mescolandoli con gli altri cibi, farà che non così presto si corromperanno. Se adunque saranno mangiati soli, senza componerli con altri cibi, mouono più il ventre, perche anco più si corrompono: ma se saranno presi con il pane, ò con altri simili cibi, perche non si possono così

Come li frutti horarij non si possono superar dalla natura nostra, & perche. Come per nutrire non sono sicuri.

Come si deouono mangiar acciò che non si corrompano.

Ccc facil-

Come mangiati facilmente corrompere, muouono manco il corpo, & quãto manco lo muouono, tanto manco male si deue aspettar da essi, ancorche si fermino un pezzo nel ventre. Ma tratteremo con maggior diligenza di questo soggetto, quando si parlerà, se questa sorte di frutti si deue pigliar in altri cibo.

Come li frutti maturi freschi, & coperti di rugiata lubrificano il ventre. Oltra di ciò, quando si mangiano maturi, freschi, & coperti di rugiata, lubrificano meglio, che quando si mangiano garbi, impassiti, & priui di rugiata, perche quando li frutti sono maturi, sempre hanno in se dolcezza notabile, la qual (non potendosi mai separar affatto da questi tali frutti) è di grande aiuto à lubricar il ventre, quando si fermano alquanto nel ventre: la rugiata poi è spesso dolce, & suole acquistar la facultà di quello frutto, al qual è unita, se poi ha da se stessa possanza di muouer il ventre, accresce le forze di quello frutto, aggiungendoui la sua propria humidità.

Virtù della rugiata. Le cerasse sono di tre sorti; alcune dolci, alcune austere, alcune acide: le dolci purgano le materie che sono ne gl'intestini; (come dice Galeno nel settimo de' semplici medicamenti) ma piacciono poco allo stomaco, & le austere sono tutto il contrario.

Le austere stringono. Le facultà delle cerasse acide. Le acide sono conuenienti à quelli, c'hanno il ventricolo pieno di flegma, & di simili escrementi; poiche essiccano piu che non fanno le austere, & anco hanno alquanto dell'incisivo, con la qual virtù possono lubricar il ventre, perche altrimenti astringono.

Le facultà delle more. Come lubrificano, & come stringono. Le facultà del frutto del rono, cioè mora saluatica. Le more mature non sono molto amiche allo stomaco, humettano, & corrompono facilmente; & per questo anco forse scaldano, & lubrificano il ventre; ma se sono garbe, & alquanto impassite, notabilmente stringono.

Li perfighi maturi lubrificano il ventre, gl'acerbi lo stringono. Il frutto del rono (secondo Dioscoride) preso con il cibo, quando è mezo maturo, ferma il ventre; & però mangiandone troppo, fa doler il capo.

Le fraghe sono giudicate amiche dello stomaco caldo, perche si crede, che rinfreschino, & che humettino, che spengano la sete, & lubrichino il ventre.

Le armognache, dette da Latini precoqua, da Greci Βαρινουα, si come se putrefanno facilmente, così anco facilmente lubrificano il ventre.

Li perfighi sono amici dello stomaco; se sono maturi, lubrificano il ventre; se sono acerbi, lo stringono: ma secchi hanno maggior virtù di stringere.

Le brugne dolci lubrificano il ventre. Tutte le brugne dolci prouocano il ventre: le damascene, quanto manco sono dolci, tanto manco lo prouocano, & massime se sono secche, come dice Dioscoride, ancorche Galeno gli sia contrario in questo.

Le facultà delle damascene. Le facultà delli meloni. Li meloni rafrenano (secondo alcuni) il gran desiderio del coito, & smi-

Li perfighi maturi lubrificano il ventre, gl'acerbi lo stringono.

smiuiscono il seme; sono flatuosi: & questo forse è, perche sono composti di sostanza più friabile, che lenta: & però bisogna mangiarli ò con il pane, ò con qualche altro cibo, c'habbia alquanto di lentore: passano facilmente per la vesica, & per il ventre, il seme suo poi prouoca più l'orina, netta, & essicca.

Tutte le specie d'vua, & massime fresca, riscaldano, perche si sogliono riscaldar nel ventricolo, come fanno anco nel torchio, quando vi si ferma un pezzo rotte; ma le mature scaldano più, che le garbe, & le dolci più che ogn'altra sorte: oltra di ciò tutte muouono il ventre, perche vi bollono dentro, et acquistano la natura del mosto: ma le bianche muouono più, perche hanno manco del terrestre, che le nere; le dolci anco più di quelle, che non sono dolci; & quelle che son ben mature, più che non fanno l'altre non così ben mature.

Quelle poi, che sono giunte alla perfetta maturità, & impassite, perche sono molto dolci, passano per il ventre, ma sono molto calde.

L'vua acerba stringe il ventre: quando è cotta, perche si fa dolce, se non lo muoue, almeno non lo ferma: ma l'vua spina, quando si mangia cruda, ogn'uno sa, che ferma il ventre; quando poi è cotta, non s'è ancor dechiarato, se faccia questo effetto.

Li fichi verdi humettano, scaldano, & lubrificano: humettano, perche sono pieni d'humore, scaldano, per quell'humore simile al latte, che à loro è intrinseco, & naturale: & per questo quanto più presto si colgono, sono più cattini, perche hanno in se maggior copia di quello latte: & quelli che si colgono più tardi, sono tanto più buoni, lubrificano il ventre, per la dolcezza, c'hanno insieme con quello latte; li secchi non sono manco lubrichi, ma caldi.

La zucca rinfresca, humetta, & muoue il ventre; (come dice Galeno, & Dioscoride) ma s'alcuno la vorrà pigliar in insalata, (secondo Antiloo) faccia elezione della più giouine, & noua; nè manco gli leuarà tutta la scorza, sin che non è cotta, con l'acqua, perche mentre che si cuoce, si empie troppo d'acqua: ma quando sarà ben cotta, all'hora gli la leuarà; & poiche l'hauerà condita con oglio, con sale, & con aceto, la potrà mangiare.

Li melangiani, chiamati da alcuni malanziani, (secondo un' autor greco) sono melinconici, fanno pallidi quelli, che spesso ne mangiano, ma cotti con l'aglio (secondo Auicenna) soluono il corpo, & con l'aceto l'astringono.

Li peri, che si mangiano l'estate maturi, & freschi, humettano; & perche

Come si deueno mangiar li meloni. Facoltà del suo seme.

L'vua fresca riscalda, & in qual modo, & quando scaldano più che l'altre.

Tutte l'vua muouono il ventre, & in qual modo, & quando più l'vua che l'altra.

La facultà dell'vua passa.

L'vua acerba stringe il ventre, la cotta se nò lo muoue non lo può molto stringere.

Li fichi humettano, scaldano, nota la causa de tutti questi effetti.

La facultà delli fichi secchi.

La zucca rinfresca humetta, & lubrificano il ventre.

Qual è meglio mangiare in insalata, & come si deue condire.

Le facultà delli melangiani, & come stringono, & muouono il corpo.

Le facultà delli pe-
ri che si mangiano
nell'estate, & di
quelli che si man-
giano l'inuernata,
& quali stringo-
no, & lubricano il
ventre.
La facultà delli po-
mi dolci senza suc-
co.
Quelli c'hano suc-
co prouocano il
ventre.
La facultà delli po-
mi acidi, & matu-
ri, & come prouo-
chino, & stringo-
no il ventre.
La facultà delli pe-
ricotti.

perche anco si putrefanno facilmente, scaldano, & mollificano il ventre: se sono secchi, lo fermano: quelli che si mangiano l'inuernata ben maturi, mollificano il ventre; quelli poi, che sono crudi, cioè mal maturi, lo stringono.

Li pomi dolci senza succo, si come si cuociono con difficoltà, così anco passano per il ventre con difficoltà: quelli c'hanno del succo assai, & ben maturi, prouocano il ventre: gli acidi, & maturi, se trouano gli humori grossi nel ventricolo, (si come dice Galeno nel secondo de gli alimenti) li tagliano, & li cacciano al basso, & per questo humettano le fecce: ma se trouano il ventre netto, più presto lo fermano, ch'altrimenti: le altre sorti di peri, d'austeri, d'acerbi, ancorche di sua natura astringano, se però saranno cotti con qualche liquore, escono assai presto per il ventre.

Li grani del pomo granato mangiati con li ossi stringono il ventre: il succo suo fresco, perche presto si corrompe, & bolle nel ventre, per questo anco ha non so che del caldo, mollifica il ventre, tanto più, perche mentre che bolle, non passa alle vene, & si ritiene nel ventre.

Li pomi cotogni, mentre c'hanno del stitico, non passano per il ventre, poiche quando sono ben maturi, & dolci, alcuni sono di opinione, che non siano più di quell'astringentia.

Le sorbe, li nespoli, li corgnoli, & simili altri frutti, mentre che sono acerbi, fermano il ventre; ma che poi muouino il ventre, tolti dopo il cibo, (si come credono alcuni di grande riputatione) non s'è ancora potuto ben conoscere, nè per ragione, nè per isperienza; poiche molti, che ne pigliano a questo modo, non si sentono muouer il ventre; nè manco la ragione può persuader, che così sia; perche se bene stringono la bocca del ventricolo, non però si può concluder, che comprimano, come si fa con la mano, tutt'il ventricolo, & tutti gl'intestini, come si pensano quelli, che credono che così sia, oltra che l'essempio, che danno delle falciccie, non quadra col ventricolo, & con gl'intestini; perche la figura sua non è simile, essendo quella delle falciccie lunga, stretta, & uguale, doue che quella del ventricolo, & de gl'intestini è varia, & inuguale, essendo hora stretta, hora molto larga; oltra che se fosse tale, nel comprimerli cacciaria fuori di essi il cibo, & ciò che vi si trouasse, & di più si sentirea notabil dolore, non solo in quelle parti, che si comprimeffero, sentendo quella violenta contrattione; ma anco in quelle, che riceuessero la materia cacciata a basso dalle parti di sopra, perche si stenderiano fuori di modo. Se alcuno vorrà conoscer la verità di questa cosa, non bisogna far la proua, con prender prima quelle cose, che muouono il corpo, (come alcuni fan-

Le forbe, nespoli, & corgnoli acerbi stringono il ventre.
Nota la difficoltà, che si fa se questi frutti possono muouer il ventre tolti dopo pasto.

Come l'essempio delle falciccie non quadra.

Come s'ha da fare per conoscer la verità di questo fatto.

no)

no) ma con altre, che non habbiano questa facultà, accioche non si attrisca falsamente alli cibi astringenti, presi dopo pasto, quello che si douria attribuire alli cibi, che muouono il ventre, presi inanti pasto.

Il cedro non si troua che fosse in uso per mangiar, nè al tempo di Theophrasto, nè dopo un pezzo. Auicenna comanda, che si mangi solo, senza pigliar altro cibo nè inanti, nè dopo: se però se ne pigliarà in troppo quantità, nuoce notabilmente a gli occhi: il suo seme beuuto nel vino è contra il veneno, (come dice Dioscoride) & lubrica il ventre; la parte acida essicca, & ferma il ventre, come anco Auicenna scriue.

Quasi tutti pè sano, che li pomi ranci siano della medesima specie del cedro, poiche credono, che dall'inestar il cedro nel pomo granato, o dall'inestar il pomo granato nel cedro, sia nato il pomo rancio. Se questo è vero, tanto sarà differete dal cedro, quato si accosta alla natura del pomo granato.

Tutti li frutti della palma sono dolci, & astringenti, si come dice Galeno nel secondo de gli alimenti: se l'huomo ne mangiarà assai, li cuocerà con difficoltà, & causano dolor di testa: è poi cosa chiara, che per causa dell'austerità sua stringono il ventre; ma che per la dolcezza lo mollifichino, non si fa ancora.

Le carobe, da Greci chiamate raparia, sono inutili allo stomaco: le fresche prese con il cibo muouono il corpo (secondo Dioscoride) per il contrario le secche lo fermano.

L'oliue, chiamate da Greci ρολυβιάδαε, prese con la sua salsa inanti il cibo muouono il ventre, ma senza la salsa quasi sempre lo stringono, secondo che dice Galeno nel secondo de gli alimenti.

Le noci si sogliono condir verdi con il mele, o mosto cotto, o Zuccaro: quando saranno condite, & confette bene a questo modo, & haueranno acquistato un certo lentore, & che saranno ben mature, in questo stato lubricano il ventre (come dice Galeno nel secondo de gli alimenti) ma le secche lo fermano, & massime mangiate con la sua pelle: ma se prima saranno intenerite nell'acqua, lo lubricano: & quest'è opinione d'Oribasio, scriuendo ad Eustachio.

Le castagne passano tardi, causano dolor di testa, et fermano il ventre. Le auellane ben monde da la scorza di dentro, si come si cuoceno più facilmente, così stringono manco il ventre, che se sono mangiate con essa.

Li pistacchi (secondo alcuni) sono utili allo stomaco, per la poca amarezza, & leggier astringenza c'hanno; ma nè mollificano, nè stringono il ventre.

Li pignoli si cuoceno con difficoltà, grauano il capo, scaldano; però non

Come il cedro non era in uso per mangiar al tempo antico. Il danno che porta il cedro mangiato done troppo. Nota la virtù del uol eme.

Li pomi ranci nascono dall'inestar il cedro nel granato, o dall'inestar il granato nel cedro.

Le facultà delli frutti della palma.

Le carobe fresche muouono il ventre. Le secche lo fermano. Come l'oliue muouono il ventre.

Le noci verde ben condite lubricano il ventre.

Le secche come fermano, & come lubricano il ventre.

Le facultà delle castagne. Le facultà delle auellane.

Le facultà delli pistacchi.

si

Le facultà, & dan
no che portanoli
pignoli, & come si
deuono vfar.

Le facultà delle
mandole.

si deueno mangiar senon freschi, ouero macerati nell'acqua, secondo Dio
scoride, sono astringenti, ma che poi per questo fermino il ventre, si come
non seguita l'uno dall'altro, così non si può sapere, c'habbino del lenitino.
Le mandole sono calde, per la grassezza c'hanno in se, si cuoceno con
difficoltà, non stringono, nè manco giouano à lubricar il ventre, si come
dice Galeno nel secondo de gli alimenti.

Delle Specie. Cap. VIII.

Lo stomaco non
può cuocer le spe-
cie secche, ma be-
ne quelle c'hanno
succo in se.
Le qualità delle
specie.
A quali sono utili.
A quali sono noci-
ue.
La causa perch
non si cuoceno.

Come le specie fo-
no simili alli offi.

L'effetto delle spe-
cie.

Perche giouano al-
li graffi, & flegma-
tici.
Perche nocino alli
magri.
Perche prouoca-
no l'orina.

NESSUNA sorte di specie, che sia secca, & lignosa, si può cuocer
nello stomaco, ma si bene le verdi, & c'hanno succo in se: tutte
hanno odore che piace: tutte scaldano, (come si conosce per isperienza)
quasi tutte sono acri: sono utili alli grassi, & à quelli c'hanno molta pi-
tuita nello stomaco: sono nociue alli magri: prouocano l'orina: alcune poi
muouono il ventre, alcune non lo muouono. Non si cuoceno, perche biso-
gna, che quello che si cuoce si conuertita in qualche humore, che possa nutri-
re, di modo che vn corpo, che sia secco, & lignoso, non può hauer tal hu-
more; & se pur ve n'è alquanto, è necessario che sia tanto poco, che rispet-
to alla sua quantità, si può dir ch'è niente; talmente che non potrà quasi
dar nutrimento alcuno: & così le specie sono alle volte come osi, che sono
mangiati da' cani, alle volte ancora sono simili à quelli osi, che sono tan-
to secchi, che li cani non li vogliono nè mangiare, nè odorare. La mag-
gior parte sono acri, perche poste sopra la lingua, scaldate, & mollificate
dal calor naturale, riscaldano insieme, accendono, & mordicano l'i-
stessa lingua, & poi liquefanno l'humore, ch' in essa si troua; onde poi sti-
mulano la natura all' espulsione: & finalmente attenuano, & essiccano,
come fanno tutte le cose, che di natura sua sono acri.

Giouano alli grassi, & alli flegmatici, perche consumano l'humidità,
spargendola in più parti, scaldandola, & essiccandola: per il contrario
con l'istessa ragione sono di danno alli magri, c'hanno bisogno d'humidità.

Prouocano l'orina, perche se si scontreranno in vn corpo humido, non
cessano, mentre che vi sono appresso, d'alterarlo con la sua acrimonia, di
liquefarlo, & di diuiderlo in più parti; tal che, trouando gli orificij, cioè
bocche ouero entrate delle vene del ventricolo, piene di humidità, l'assot-
tigliano, & con la sua acrimonia la stimolano ad vscir; & così la sfor-
zano entrar nelle vene, perche non può andar altroue, & per esse cami-
nando, passar alle reni, & alla vesica, & all'ultimo vscir con l'orina.

Lubri-

Lubrificano il ventre, non tutte, ma solamente quelle, che poi c'hanno
alterato qualche humore con la sua qualità, la qual però anco ritengono
in se stesse, & che sono mescolate con il cibo, pungono, & morsicano il ven-
tricolo, & gli intestini, & li stimolano all' espulsione, come fa il pepe cotta
nell'acqua, che pur resta acro. Quelle poi, che tanto che si cuoceno (se be-
ne in poco tempo) lasciano tutta la sua qualità, & si fanno del tutto insi-
pide, come fa il cinamomo, non hanno virtù di muouer il corpo.

Il pepe adunque scalda, come si conosce al senso, & offende le reni: (co-
me nota vn Autor Greco) & benche prouochi l'orina, perche è acro, &
caldo insieme, lubrica però anco il ventre, perche quando è bollito alquan-
to, ritiene ancor la sua virtù; però oltre che prouoca l'orina, muoue anco
il corpo, stimolando la natura con la sua acrimonia; anzi muoue quasi
più spesso il ventre, che l'orina; saluo se, per esser troppo bollito, o per qual-
che altra causa, è priuato della sua forza; perche quando è poco (secon-
do Aristotele, & Auicenna) non muoue l'orina, ma il ventre; ma s'è
assai, prouoca principalmente l'orina, & insieme anco lubrica il
ventre. Se poi sarà in molta quantità, si come altera gli humori con la
sua qualità acro, & calda, li liquefa, & li sparge in diuerse parti, & poi
che gli ha fatto entrar nelle vene, & cacciati alle reni, irrita la natu-
ra all' espulsione per la vesica; & à questo modo prouoca l'orina, così con-
seruandosi con la sua quantità il calore, & l'acrimonia, (come già haue-
mo detto) & fermandosi per tempo notabile nel ventricolo, & ne gli in-
testini, senon per altra causa, almeno per la sua grossezza; morsicando
anco parimente questi membri, li stimola à cacciar fuori li escrementi: & à
questo modo lubrica il corpo. Per questo Aristotele, la cui dottrina è segui-
tata da Auicenna (corretta però bene la sua traduzione) dice, ch' il pepe pi-
gliato in molta quantità, prouoca l'orina, la scamonea per il contrario pre-
sa in maggior quantità muoue il ventre, & in manco quantità, prouoca l'ori-
na, non ch' il pepe non muoua il ventre, ancorche sia preso in quantità,
ma perche muoue principalmente l'orina, si come ancor la scamonea, non
perche non muoua il ventre, ancorche sia presa in minor quantità di quel-
lo che si soglia prendere, ma perche insieme prouoca anco l'orina, poiche
la sua principal facultà è di muouer il ventre, & non l'orina; prouoca
però l'orina, quando se ne prende in poca quantità, perche non potendo
molto conturbar la natura per la sua pochezza, si ferma più del suo so-
lito nel ventricolo, doue distemperata, & liquefatta da gli humori, che
sono tirati dalle vene, (poiche facilmente si dissolue dal caldo) se ne scem-
de senza trouaglio al ventre, & alla vesica. Non bisogna però giudicar,
che

Perche lubrificano
il ventre.

Quali sono quelle
specie c'hanno vir-
tù di mouer il cor-
po.

Come il pepe pro-
uochi l'orina, &
moua il ventre.

Nota ciò che dice
Aristotele, & Auic-
enna del pepe, &
della scamonea.

Come il pepe, &
la scamonea prou-
ochino l'orina,
& il ventre.

che quando se ne piglia in gran quantità, non debba in modo alcuno prouocar l'orina, perche sempre fa questo effetto ancora; ma per muouer il ventre in maggior quantità, fa, che all'euacuatione dell'orina non si conosca, si come anco fa il pepe se se ne piglia poco, (come alcuni si pensano) è da creder, che non muoua tanto il ventre, che non possa anco prouocar l'orina, ma perche prouoca più gli escrementi del ventre, che l'orina, hauendo rispetto alla sua solita euacuatione.

Le qualità del zenzero.

Come il zenzero prouochi l'orina.

Come il zenzero moue il ventre.

Le qualità della noce moscata.

Come la noce moscata prouoca l'orina, & il ventre.

Le qualità del macis.

Le qualità del garofolo.

Le qualità del cinnamomo.

Il Zenzero, s'è fresco, si cuoce più facilmente, ma s'è secco, (come già hauemo detto) è niente, è con difficoltà si cuoce: prouoca l'orina, mollifica leggermente il ventre, (secondo Dioscoride) & non l'astringe, come alcuni pensano. Prouoca l'orina, perche si come nel bollir manda la sua acre qualità nell'acqua, così altera ancora gli humori nel ventre, li quali poi portati alle vene, stimolando la natura all'espulsione con la sua acre qualità, escono per la vesica.

Mollifica poi il ventre, perche, ancor c'habbia alterato gli humori, ritiene però la sua acre facultà (come hauemo detto del pepe) però restano nel ventre, stimola la natura all'espulsione.

La noce moscata, s'è piena d'oglio, & grassa, può dar un poco di nutrimento, ma si cuoce con difficoltà, (secondo un Autor Greco) offende il polmone, ha la qualità acre del pepe, & del Zenzero, ma molto manco, la qual, quando è poco cotta, ritiene ancor in se.

Onde è verisimile, che si come prouoca l'orina, così ancora lubrichi il ventre, se bene gli Arabi, che sono stati li primi a conoscerla, & alcuni Greci moderni, hanno scritto, che ella stringe il ventre; ma per conoscer la verità di questo fatto, bisogna preualersi dell'isperimenta, non lasciando però la ragione.

Il macis, & non il macer, perche sono molto differenti l'un da l'altro, (come insegnano li Semplicisti moderni) bollito non ha manco acre facultà, di quello c'habbia la noce moscata; poiche si tiene per certo, che sia il suo fiore; & per questo bisogna creder, che nè astringerà il ventre, nè proibirà l'orina.

Il garofolo prouoca l'orina con la sua acrimonia; ma perche, poiche è bollito, lascia tutta quella qualità nell'humore, nel qual è cotto, & esso resta del tutto senza sapore, non solamente non muoue il ventre, ma anco, se l'humore ne piglia in quantità, trauglia lo stomaco, & gl'intestini, come se uno hauesse ingiottito diuersi pezzi di legno.

Il cinnamomo offende il capo con il suo odore; (massime se se ne piglia assai, & spesso) & a questo modo forse conturbando il cervello, prouoca il sonno,

il sonno, (come alcuni vogliono) quando si cuoce con qualche humore, si prima del tutto della sua acre facultà, la qual passa in quell'humore: & il medesimo è da creder, che faccia nello stomaco; onde ne segue, che può prouocar l'orina, ma che poi astringa il corpo.

In qual modo prouoca l'orina. Come può prouocar l'orina, & stringer il ventre.

Del Zaffarano.

E COSA molto vana parlar del Zaffarano, se muoue, è stringe il ventre a quelli, che n'usano in pochissima quantità; perche quella minima particella, che si mette ne i cibi, più presto per il colore, & per l'odore, che per il sapore, non può far tal effetto. Ma quelli, che lo mettono nelli cibi in maggior quantità, confidatisi in quello, c'hanno ineso da molti Medici, cioè ch' il Zaffarano fa il colore grato, difende l'huomo dalla crapola; è incitativo del coito, fa buona concottione ne i cibi, rallegra l'animo; vorrei, che sapessero, che la maggior parte di queste facultà, che se gli attribuiscono, possono ben parer buone, & utili, ma però poi in effetto non si troua, che siano a questo modo nel Zaffarano. Perche rallegra, non con l'augmento delli spiriti naturali, ma nel conturbar il cervello, facendo l'effetto d'embriacar, qua si come fa il vino, & mouendo una specie di riso, & d'allegrezza, fa, che l'huomo per questo ha grato, & rosso colore, il qual prouiene dall'acre suo calore, & odore, che muoue il sangue nel volto, & l'empie di spirito caldo; il qual effetto è tanto più pericoloso, quanto più a questo modo si percuote il capo, & si conturba la mente.

Perche il zaffarano s'usa in pochissima quantità.

La facultà del zaffarano secondo alcuni.

Come il zaffarano rallegra l'huomo.

Come questo effetto nel zaffarano è pernicioso.

Ne manco naturalmente può prohibir la crapola; ma per confonder il cervello con lo suo grane odore, forza l'huomo a lasciar di mangiar, & di beuer prima, che si finisca affatto la crapola.

Che non può prohibire la crapola, & come fa questo effetto.

Per questo Auicenna dice, che produce il sonno, causa dolor di capo, & offusca li sensi; & un Autor Greco dice, che se uno ne pigliarà quattro dragme, entrerà in tanto riso, che se ne morirà.

Come il zaffarano prouoca l'orina.

Muoue poi l'orina, non per altra causa, senon per quello vapor sottile, & acre, il quale è sempre accompagnato con l'odorata sua sostanza; ma non s'è ancor potuto conoscer, che prouochi, & lubrichi il ventre.

Del Sale.

IL SALE, ancor c'habbia qualche facultà astringente, nondimeno, perche pare, che sia composto di parti amare, acide, & acri, D d d più,

Di quali parti è composto il sale.

Come il fale moue il ventre.

Il danno che porta il fale preso in molta quantità.

più, & meno (si come si può conoscer al gusto) se sarà preso con li cibi grossi, & solidi (come si suol fare) stimula il ventre: ma quando se ne prende in troppo quantità, perche liquefa, & estenua insieme, debilita la vista, & sminuisce il seme genitale.

Dell'Acqua commune, & medicinale. Cap. viii.

L'acqua smagrisce.

Il danno che porta l'acqua beuuta freddissima.

Quando l'acqua freddissima ferma il ventre, & quando lo moue.

Come per esse si generano arene. La qualità dell'acqua che pioue.

Tutte l'acque medicinale stringono il ventre.

Passano ancor con difficoltà alla via dell'orina.

Di questo si è trattato in vn'altro loco.

L'ACQUA, ò calda, ò fredda che si beua, smagrisce, perche ò non da nutrimento alcuno, ò se lo dà, è molto poco, non potendosi quasi mai ingrossare: quella che si beue freddissima, proibisce, ch' il calor nostro non sparga in più parti l'humido naturale, il qual per questo si congela nel corpo; & però ferma il ventre, eccetto se fa l'effetto contrario, quando è presa in grande quantità; & spesso è causa, che l'huomo genera delle arene, massime quando si beue l'acqua rinfrescata con la neue.

Se l'acqua piouana astringe, si come dice Celso nel secondo libro, & Galeno nel settimo de' medicamenti locali, non è buona per lubrificar il ventre.

Ogni sorte d'acqua medicinale, se si beue à pasto, (come alcuni sogliono far, ò con il vino, ò senza vino) sempre stringe il ventre, perche essicca, & fa il chilo molto più grosso: così dice Hippocrate nel libro dell'aria, & dell'acque, doue parlando delle medicinali dice, che tutte passano con difficoltà per la via dell'orina, & sono contrarie all'euacuatione del ventre.

A voler poi ricercar la causa, per la quale prese in molta quantità liberano quelli, che patiscono di calcoli, come si crede quasi da tutti, ch' intranenga à quelli, che frequentano li bagni naturali, è materia d'un'altro proposito, & non di questo.

Delli Vini. Cap. x.

Tutti li vini sono caldi, & secchi.

TUTTI li Vini sono caldi, & secchi, & appresso nutriscono, & molto più quelli, c'hanno odore, in rispetto di quelli, che non l'hanno; purchè però siano d'una medesima etade, perche questi sono

sono più cotti, come anco sono più cotti li grossi, che li sottili. Tutti li vini, per parlar in generale, sono atti più presto à fermar il ventre, che à lubrificarlo (eccetto forse li vini nuoui) perche tutti prouocano l'orina, & fanno il chilo più grosso, & più secco (come si vede nella carne cotta nel vino) & questo è causa, che non può così facilmente andar à basso: talche quelli che sono di natura più sottili, con il suo calore aprono le bocche delle vene, v'entrano dentro, & menano seco altre materie, & passano à furia per la via de l'orina, poi c'hanno esiccato il ventre: se poi vn vino sarà comparato all'altro, si potrà dire, che fa il ventre lubrico, & l'altro lo fa stittico.

Li vini dolci adunque gonfiano, humettano il corpo, & conducono sempre qualche materia fuori del corpo, quando son ben penetrati ne gl'intestini: il che accade, quando se ne beue in honesta quantità, escono per quella via più facilmente, che non fanno gli altri vini.

Gonfiano adunque, perche dando al corpo molto humore, il quale è atto à nutrir, & è molto grato alla natura, & empiedo presto le prime vene, il fegato, & la milza, è necessario, ch' anco facciano qualche tumore.

Humettano il corpo, perche danno più nutrimento, che gli altri vini; tal che quanto più nutriscono, tanto maggior humidità portano à tutt' il corpo, la qual però è differente dall' altre sorti di humidità: perche questa nutrisce, & le altre non. Leuano qualche cosa fuori del corpo, perche con la sua dolcezza hanno vn poco dell'asterfuo; se pigliano la via de gl'intestini, calano più facilmente al basso, che gli altri vini, & massime se l'huomo ne beue in copia, perche alterano di maniera li membri doue passano, & massime se sono di natura pituitosi, come sogliono quasi sempre esser gl'intestini, che se sono stretti, li largano; se sono freddi, li scaldano; se sono secchi, li humettano: le quali cose tutte non solo non fanno il ventre stittico, ma più presto lo fanno molto più lubrico, che non era: eccetto se forse vi fosse vna qualche insolita, & strauagante sete.

Li vini neri, & austeri sono secchi, nè giouano à lubrificar il ventre, nè à prouocar l'orina, nè fanno saliuua, come quelli, che poi che sono beuuti, fanno la bocca secca, consumano gli humori nel corpo, & fanno il ventre stittico.

Quelli però, che se ben sono neri, sono piacentoli, & delicati, ma non dolci, sono più humidì, che gli altri neri; gonfiano però, & escono per il ventre più facilmente; sono più humidì, perche nutriscono

D d d 2 più

Tutti li vini fermanno il chilo grosso, & secco.

Tutti li vini prouocano l'orina, & fanno il chilo grosso, & secco.

Come li vini sottili prouocano l'orina. Come il vino può far il ventre lubrico.

Alcune qualità delli vini dolci.

In qual modo gonfiano.

In qual modo li vini dolci humettano il corpo.

In qual modo l'humidità del vino dolce è differente dalle altre.

In qual modo li vini dolci leuano qualche cosa fuori del corpo.

Quando li vini dolci non lubrificano il ventre.

L'effetto delli vini neri, & austeri.

Alcune qualità del vino nero non dolce, ma delicato.

Perche sono humidi.

Perche lubrificano il ventre.

Alcune qualità delli vini dolci. La causa perche sono più humidi.

Perche scaldano più perche gonfiano.

Alcune qualità delli vini bianchi, & dolci.

Et come s'intendono bianchi.

Perche prouochino l'orina.

Perche mouino il ventre.

Perche humettano il corpo.

Perche augumentano il sangue.

Perche fanno li huomini debili.

Perche causano dolori di podagra.

Nota gl'effetti delli vini trebiani dolci.

Alcune qualità delli vini bianchi austeri.

Perche scaldano.

Perche passano più facilmente per l'orina, che per il ventre.

più (come hauemo detto) gonfiano, perche quanto più suauè, & più più humido è il nutrimento, che danno, tanto più fanno il corpo gonfio (come hauemo detto delli vini dolci): escono poi per gl'intestini, perche se vi arrinano, non vi s'attaccano, come fanno gli austeri; & però escono facilmente per quella via.

Li neri dolci sono più humidi di questi altri; & passano più facilmente per gl'intestini: scaldano; & insieme gonfiano: sono più humidi, perche nutriscono più, poiche danno più humido naturale all'huomo: & se se ne beue in copia, passano tanto più facilmente per il ventre, quanto più sono dolci (come di sopra hauemo detto) scaldano più, perche sono più virosi: gonfiano, perche dando molta copia di nutrimento humido, & suauè, empiono troppo.

Li bianchi, & dolci (chiamo bianchi quelli, che non sono nè neri, nè rossi) prouocano più l'orina, che li neri, muouono il ventre, purchè siano calati à gl'intestini (come hauemo detto) humettano il corpo, augumentano il sangue, sono causa di debilità à quelli che li beuono: prouocano più l'orina, perche sono più sottili; talche passando per le vene, cascano più facilmente alla vesica: muouono il ventre, perche hanno la virtù delli vini dolci: humettano il corpo, perche nutriscono, & sumministrano l'humore, che dà nutrimento; il qual humore è tanto più humettatino dell'acqua, ò di qualche altra cosa simile, quãto più si sparge per tutt' il corpo: augumentano il sangue, perche nutrendo, & spargendosi con la sua sottigliezza per tutt' il corpo, assottigliano parimente anco il sangue, & di più estendono la sua sostanza in maggior quantità, & maggior ampiezza: tal che per esser di più sottili, & più debile sostanza, che gli altri vini, non è marauiglia, se fanno gli huomini non robusti, ma debili: se poi saranno più leggieri, perche più facilmente, & in maggior copia se ne beue, si rinouano li vecchi dolori podagrivi, ò che li fanno nascere, non hauendoli mai l'huomo patito, come si stima che siano li vini trebiani dolci.

Li bianchi austeri scaldano, & escono più facilmente per l'orina, che per il ventre: scaldano, non solo per esser vini, poiche tutti li vini scaldano, (come già hauemo detto) ma anco perche passano facilmente à tutti li membri, per esser tanto sottili: nutriscono anco, & si fermano in tutte le parti, doue vanno, per la virtù astringente che hanno,

Poiche adunque ogni sorte di nutrimento augumenta il calore, & si sparge non per vna parte sola, ma per tutto il corpo, & inui si ferma per

per notabil tempo, bisogna conchiuder, che ancor scaldano: escono poi più facilmente per l'orina, che per il ventre, perche essendo tanto sparsi per tutt' il corpo, passano facilmente alle vene, alle reni, & poi alla vesica: & à questo modo escono presto per via dell' crina.

Li vini acidi, comparati à gli altri vini, rinfrescano, assottigliano, & humettano: rinfrescano, & assottigliano, perche penetrando à tutt' il corpo con la sua acidità, cacciano fuori l'humido naturale: humettano poi, perche mentre che si conuertono, ma non sono ancor conuertiti in aceto, hanno seco mescolata l'acqua, la qual entrando con il vino alle parti interiori del corpo, le altera dell' istessa humidità.

Li vini mediocri, cioè che non sono nè dolci, nè suauì, nè austeri, nè acidi, s'hanno da giudicar di qual virtù siano, secondo che più, ò meno s'accostano à questi, & à quelli.

Tutti li vini, poiche sono molto sottili, & che si chiamano stillati, ò bianchi, ò neri che siano, prouocano l'orina, (come ogn'uno sa) & non il ventre: sono di danno à quelli, c'hanno il capo debile, & che per poca causa gli duole, perche con la sua sottigliezza corrono con furia al ceruello, & ostinatamete inui si cacciano, doue quando sono giunti, si come il ceruello presto li riceue, & poiche sono riceuuti, con difficoltà li caccia fuori per gl'intrichi delle vene, & dell' arterie, ch' in esso sono; così fermandosi in detto luogo, pungono, estendono, & scaldano le membrane del ceruello, & à questo modo causano dolore.

Li vini noui, ò dolci, ò suauì, ò austeri che siano, de' quali niente quasi certo si conosce, perche sono simili al mosto, scendono più facilmente per il ventre: per il contrario li vecchi si rendono manco per il ventre, ma principalmente per la via dell' orina.

Il mosto gonfia, leua sempre qualche cosa dal corpo, conturba, & muoue il ventre: gonfia, perche riscaldandosi si conuertente in spirito: leua qualche cosa, perche netta, conturba, & passa per il ventre, perche inui bolle.

Il mosto cotto scaldano, humetta, & leua qualche cosa dal corpo, non ferma il ventre: scaldano, perche è vinoso: humetta, perche nutrisce: leua qualche cosa, perche è dolce, & netta: non ferma il ventre quasi per la medesima ragione; alcuni pensano che il nero stringa il ventre, & che il bianco lo mollifichi: ma io dico, che l'vn' & l'altro è mosto cotto, & quasi abbruscato dal foco, sin tanto però, ch'è dolce, & non mostra alcuna qualità astringente, ò bianco, ò nero che sia, per se stesso non

Alcune qualità delli vini acidi. Perche rinfrescano, & attenuano. Perche humettano.

Di qual virtù siano li vini mediocri.

Le qualità delli vini molto sottili.

In qual modo sono di danno a quelli c'hanno la testa debile.

La differentia, che è tra li vini noui, & vecchi in quanto al penetrare.

Per qual causa il mosto leua qualche cosa dal corpo, conturba, & moue il ventre.

Per qual causa il mosto cotto scaldano, humetta, leua qualche cosa dal corpo, & non ferma il ventre.

Come il mosto nero non può stringer il ventre.

so non potrà mai stringer il ventre, poiche non si potrà tanto essicar dal foco, che con tirar l'humore da gli altri membri, & consumandolo, possa astringer il ventre.

Dell' Aceto.

Perche l'aceto rinfreschi, & più presto stringa che lubrichi il corpo.

Come humetta le fecci.

L' ACETO rinfresca, & più presto è causa di stiticità, che di lubricità: rinfresca, perche consuma l'humido naturale con liquefarlo: ferma il ventre, perche non dà nutrimento alcuno, & è acuto, & di più si caccia nelle parti molto intrinsiche, & poiche vi è entrato, si ferma, & essicca: ma se troua qualche humore grosso nel ventre (secondo Galeno) lo taglia, & lo caccia al basso, & à questo modo humetta le fecci.

Del Mele. Cap. XI.

Alcune qualità del mele.

Perche il mele nutrice.

Perche il mele fa bon colore.

Perche il mele lubricha il ventre.

Perche il mele prouoca l'orina.

Perche il mele preso solo, & in copia si cuoce con difficoltà.

IL MELE mangiato con modo con altri cibi, nutrice, fa buon colore, lubrica il ventre, prouoca l'orina, ma mangiato solo, & in molta copia, si cuoce con difficoltà: gonfia, satolla, & in somma è più attenuante, che ristoratiuo: nutrice, non solo perche è specie di nutrimento, ma ancora, perche composto con altri cibi, è causa che per la sua dolcezza essi passino facilmente per tutt' il corpo, & che con piacere siano tirati dalli membri, perche tutti si nutriamo di dolce, & di cosa composta con dolce (si come sin' adesso ogn' uno crede) fa buon colore, perche le parti dilette della sua dolcezza, composta con altri cibi, tirano à se molto nutrimento, lo ritengono, & lo conuertono in se stesse; onde il calor naturale s' augmenta: & per questo poi essendo cresciuto il natural nutrimento, il color si fa tanto bello. Mellifica il ventre, non solo per esser acre, ma anco perche è dolce, & ha alquanto del lento, & dell' astringuo: prouoca l'orina per le medesime ragioni, eccetto che vi è questa differenza, che lubrica, in quanto che passa à gl' intestini; prouoca poi l'orina, in quanto che passa alla via delle reni: ma se l'huomo lo prenderà solo, & in molta quantità, si cuoce con difficoltà, perche hauendo possanza di conseruar l'altre cose, che non si corrompino, è necessario, che anche esso con difficoltà si corrompa: & queste cose tali si cuoceno con difficoltà (come dice Galeno nel primo de gli alimenti) & massime se sarà in molta copia: gonfia, perche si spande

spande in molta ampiezza, di poco spazio che prima occupaua; & con questo ritiene ancor la sua dolcezza; satolla, perche essendo tanto desiderato da gli altri membri, per la sua dolcezza, quando vi è giunto, stendendosi più che non era, empie anco più.

Attenua più che non ristora, perche euacua gli humori per via dell' orina, & del ventre, più di quello che conuiene.

Quando poi è preso in copia senza altri cibi, & se pur si prendono, sono molto pochi, si come è necessario che si sparga per il ventricolo, per gl' intestini, per le vene, & per il resto del corpo; così quando è in molta copia, passando per la sua acrimonia, & abstersione per il ventre, & per la vesica, è necessario che purghi tanto più il corpo, & lo faccia magro, & estenuato.

Perche il mele gonfia. Perche il mele satolla.

Perche attenua più che non ristora.

Come il mele fa il corpo magro.

Del Zucchero. Cap. XII.

IL ZUCCHERO preso con modo, insieme con altri cibi, dà assai buon nutrimento, quasi come fa il mele: somministra lo augmento à quelle parti, che lo possono pigliare: fa buon colore, prouoca l'orina, & il ventre: & tutto questo fa con la sua dolcezza, & con il suo lentore, il qual però è poco, & con ambidoi; talmente che da quello che s' è detto del mele, facilmente si potrà intendere anco la virtù del zucchero, comparando gli effetti dell' uno à gli effetti dell' altro.

Ma se sarà preso solo, & in molta copia, si cuoce con difficoltà: gonfia, & satolla; gioua però alla concottione in alcuni, li quali dopò c' hanno ben mangiato, ne pigliano vn pochetto, che quasi lena tutta la satietà: ma se si mangia in maggior quantità, eccita il dolor di capo: (si come dice vn' Autor Greco) si cuoce con difficoltà, perche si corrompe con difficoltà (come hauemo detto del mele) ma è anco più difficil da cuocer del mele, quanto più è prodotto duro, & tenace dalla natura, & poi anco dall' arte: gonfia, perche è composto con qualche humore: si estende in molta grandezza, & mole, doue prima occupaua poco spazio: satolla, perche empie facilmente (come s' è detto del mele) porta giuamento à quelli, c' hanno mangiato assai, se dopò quel pasto l'huomo ne pigliarà in poca quantità, perche essendo tanto desiderato dalla natura, se per sorte sarà posto supra qualche cibo, che muoti nello stomaco, & che faccia nausea, mentre che con tanto affetto è tirato dalla natura, fa che quelli cibi vanno seco al basso, & non possono salir

Alcune qualità del zucchero.

Danni, & vtili che porta il zucchero.

Perche si cuoce con difficoltà.

Per qual causa il zucchero è più difficil da cuocere del mele. Perche il zucchero gonfia.

Perche il mele satolla.

Perche preso dopo pasto gioua a quelli c'hanno mangiato affai.

Come causa dolor di testa.

Come le mandole pronocano il sonno, & il dolor di testa. Come il zucchero si condensa in se stesso. Come il capo riceue li vapori più che tutti gli altri membri. Onde nasce il dolor di testa per il zucchero.

salir ad alto, anzi per esser sempre tanto grato all'huomo, eccita quasi l'appetito perso; & à questo modo leua alle volte la saturità, se l'huomo ne piglia in quantità, & massime se sarà vecchio: produce dolor di capo, (come dice un' Autor Greco) perche si come le mandole pronocano il sonno con il suo uapore, il qual facilmente si condensa in latte, & se se ne piglia in gran quantità, producono dolor di testa; acosi accade al zucchero, il qual per conuertirsi dall' arte in una sostanza quasi di pietra, & dalla natura, si constringe, & si condensa forte in se stesso, portato per via delli suoi vapori al capo, il qual per la sua capacità è atto a riceuer tal cosa, più che tutti gli altri membri, mentre che si mette all'impresa per constringerlo, & per condensarlo, chiude insieme con esso altri vapori, & altri humori, li quali serrati in se stessi, non si possono purgare; onde poi per quella pienezza, ne nasce il dolore del capo.

Il fine del primo Libro.



DEL

DEL MANTENERE IL VENTRE MOLLE

SENZA MEDICINE

Di M. Alessandro Petronio da Civita Castellana

Libro Secondo.

Opera molto utile a tutti, ma poi necessaria a quelli, che non possono fare esercizio.

Ridotta dalla Latina nella lingua volgare dall'Eccellente
M. BASILIO PARAVICINO da Como.



Del passeggiar della mattina. Cap. I.



IN' HORA hauemo parlato di quelli cibi, & beuande, che possono lubricar il ventre, & anco d'alcuni altri simili, che lo sogliono stringer; vi sono anco alcune cose, che possono far l'uno & l'altro effetto, come è passeggiare inanti, & dopò il cibo, c'aualcare, vomitare, mangiare una volta, ò due il giorno, patir fame, beuer tra pasto, ò solamente dopò pasto, patir sete, usar il coito, espori al Sole, ò al fuoco, sudare, & orinar affai, espori alla tramontata, ouero all'austro, lauari, ungeri, dormire, vegghiare, star in otio, affatticarsi, farsi metter clisteri, & simili altre cose.

Il passeggiar adunque della mattina estenua gli humori grossi, leggerisce, & conforta la testa, & fa l'udito, & la vista più vigorosa, lubrica il ventre. Estenua gli humori grossi, perche riscaldandosi il corpo per quell'esercizio, si assottiglia l'humido, il qual poi esce dal corpo, parte per via della respiratione, parte per le narici,

Ecc parte

Quali sono quelle cose, oltre il mangiare, & il beuer, che possono lubricar il ventre.

L'effetto del passeggiar la mattina.

Perche il passeggiar la mattina estenua gli humori grossi.

Perche legieriffe con
forta la testa, & fa li
fenfi piu vigorosi.

Nota vn'altra bella
ragione.

Perche lubrica il ven-
tre.

In qual modo l'effe-
ritio moue il ventre.

Nota la questione
che si puo far sopra
di ciò.

Come per il caualcar
il ventre si stringe.

Come l'effercitio fat-
to la sera puo mo-
uer il ventre.

parte per la bocca, & parte anco, poiche è ben alterato dall' effercitio, si conuertte dal calor naturale in nutrimento; leggierisce; & conforta la testa, & fa li fenfi più vigorosi, perche il ventre riscaldato, & votato per quello moto, tira à se l' humidità di tutt' il corpo, & massime dalla testa; talche poiche votata ch'è la testa, intieramente gl' instrumeti del veder, & dell' udirsi si purgano bene, & gli huomini riescono più allegri. Vi aggiungo quest' altra ragione, ch' entrando più presto per quell' effercitio maggior quantità d' aria al ceruello per le vene, per l' arterie, & per gli altri meati, esso si empie molto più che non era, & si dilata in maggior ampiezza; talche essendo ben penetrato al profondo, & hauendo dilatato tutti li meati, li escrementi fatti pronti per uscir, escono subito per la bocca, & per le narici, & per gli altri meati fatti più larghi; onde il capo rimane scaricato, & li fenfi purificati, & fortificati. Lubrica il ventre, perche quella materia che si cuoce la notte nel sonno, si ritiene per causa del sito per la maggior parte nel ventricolo, & ne gl' intestini superiori sin' alla mattina. Nel qual tempo, mentre, che l' huomo si esercita, & camina, fa piegare, & inchinar al basso la bocca del fondo dello stomaco, chiamata da latini portinano, che suole volgersi all' in su, & insieme v' à comouendo ingiù il rimanente di tutti gli intestini: di maniera che poi la detta bocca dello stomaco porge facile uscita a quella materia (quale ella si sia) che sopra abondaua nello stomaco. Gli altri intestini poi che la riceuono di mano in mano, la mandano b' presto à gli altri, che li seguitano, & così scari candosi quella materia dall' vn' in l' altro intestino, & al fine arriuando a quello, che si chiama colon, che sempre suole esser pieno di sterco, caccia a basso quelli escrementi stercoreosi, ch' in esso prima si trouano, li quali arrinati quasi subito all' intestino retto, escono ben presto fuori del corpo; & a questo modo si dice, che l' effercitio moue il ventre. Se alcuno vorrà contradire a questa mia opinione, persuaso dall' essempio di quelli, a i quali si chiude il ventre, mentre che caualcano, sarà cosa ragionevole auuertir bene, ch' a questi il ventre si batte in su, & in giù; & questo medesimo moto fanno gli escrementi, ch' in esso si trouano, li quali hora scendono al basso, hora saliscono ad alto, per la ripercussione della sella; onde accade, che quelle materie, che sempre nel passeggiare vanno al basso, nel caualcare saliscono con furia ancor alle parti superiori, come si conosce dalli flati, ch' escono per la bocca a quelli, che caualcano, & per da basso a quelli, che fanno effercitio.

Bisogna però saper, ch' anco l' effercitio fatto la sera può muouer il ven-
tre,

tre; ma questo accade più la mattina, perche a quell' hora quasi sempre si muoue il ventre dopo l' effercitio; cosa che non accade inanti, senon di raro; nè bisogna sperar, che la sera si debbia muouer più spesso inanti, che dopo l' effercitio, poiche di questo non si può assignar alcun' ordine, facendo la natura l' effetto dell' espulsione hora prima, hora dipoi.

Perche mentre che quasi per tutt' il giorno l' huomo hora stà in piedi, hora passeggia, gli escrementi del ventre possono andar al basso d' ogn' hora, & d' ogni momento, aiutati dalla commodità del sito del corpo, ch' è all' hora dritto; in modo che può facilmente accadere, che subito dopo pranzo, o fra poco tempo, o almeno fra il pranzo, & la cena il ventre faccia qualche euacuatione, la qual sarà più & meno, secondo che la materia sarà pronta à scender, & gl' intestini saranno preparati à riceuerla; talmente che se non è necessario, almeno è probabile, che gli escrementi del ventre si fermino di notte nel corpo, per star all' hora in sito piano; la mattina poi, per il contrario, poiche l' huomo s' è leuato, si scarica da questo peso, non solo perche all' hora è tempo ordinario di mandarlo fuori, ma anco perch' il corpo stà dritto, & di più si muoue in qualche maniera; cosa che gioua mirabilmente à questo effetto; però bisogna concluder, ch' è cosa non solo ragionevole, ma anco conueniente alla natura, che, per il passeggiar della mattina il corpo si muoua più facilmente, che per il passeggiar della sera. Ma quando alcuno dopo pranzo sarà stato troppo à seder, o almeno troppo à riposo, per il passeggiar alquanto, ma poco (acciò che non si faccia in vn subito gran mutatione) inanti cena, potrà in tal caso sperar (ma non sempre) d' hauer quel beneficio di ventre, & gioueuole alla natura, che si suole per ordinario hauer la mattina, perche gli escrementi, che per il riposo del giorno si sono fermati nel ventricolo, & ne gl' intestini superiori, con quello moto fatto inanti cena, anderanno subito al basso, & quasi sforzaranno la natura à cacciar fuori li vecchi escrementi, ch' erano ne gl' intestini inferiori.

Il passeggiar poi pian piano, & poco dopo il cibo, o almeno stare in piedi, non è di poco giouamento à leggierire il ventre.

Perche si come lo star à questo modo dritto, fa ch' il cibo preso di fresco si raduna presto nel fondo del ventricolo, & poi anco facilmente si cuoce (come quasi tutti pensano) così ancora è causa, che gli escrementi, che sono nel ventricolo, & ne gl' intestini, vadano più presto, & più facilmente al basso.

Per il contrario il molto, & uehemente effercitio fatto dopo il cibo

E e e 2 strin-

Perche la sera non
sempre dopo l' effe-
ritio si moue il ven-
tre.

Che gl' escrementi si
fermano nel corpo
la notte.

Perche gl' escremen-
ti escono la mattina
più che d' altra ho-
ra.

Quando gioua il pas-
segiar alquanto in-
anti cena.

Qual utile porti il
passegiar pian pia-
no dopo il cibo.

Il gagliardo esercizio dopo pasto stringe il ventre, & perche.

stringe il ventre, perche le carni riscaldate da quello gagliardo moto, tirano a se l'humidita, che sono nel cibo, poco fa preso, & lasciano nel ventre le parti grosse, & solide, le quali, per esser fatte alquanto piu secche, non si possono putrefare con quella facilità, che si putrefariano, s'haessero seco il suo solito humore, nè possono con l'acrimonia, o amaritudine, acquistata dalla putredine, stimular la natura all'espulsione, nè manco per se stesse possono facilmente andar al basso.

Il danno che porta l'otio inanti al cibo.

In somma, si come il veloce, & gagliardo esercizio fatto inanti il cibo, & massime la mattina, mollifica il ventre, & fatto dopò il cibo, lo stringe; così l'otio prima humetta, & poi essicca talmente il corpo, che lo fa alle volte diuentar tabido.

Del vomito. Cap. I I.

Quando il ventre si fa stitico.

QUANTO al vomitare, quando alcuno prende cibi acerbi, & austeri, & piglia ciò che mangia, presto, & con grande avidità, se per sorte vomita inanti che quello c'ha mangiato si conuertisca in chilo, spesso accade, che il corpo, che prima forse era lubrico, si fa stitico; ma quando pigliarà cose acri, salate, grasse, & dolci, così di cibi, come di beuande, & non vomitarà subito, ma di là ad un pezzo, se il ventre sarà stitico, si muouerà alquanto, ma non per questo si farà lubrico, perche lo stomaco s'humetta prima dalla pietrazza di quello cibo; & tanto piu, perche è liquefatto da quella fatica; ma poi (perche quello cibo si euacua) si smagrisce alquanto, ma il giorno seguente si essicca notabilmente, & massime se pigliarà poco nutrimento.

Quando si moue alquanto.

Che non bisogna vomitar quando li vuole lubricar il ventre.

Talche s'ha da concluder, che non bisogna vomitar, quando si vuole lubricar il ventre.

Del mangiar vna volta, o due il giorno.

Cap. I I I.

Il danno che sente l'huomo per mangiar vna volta il giorno.

IL MANGIAR vna volta sola il giorno, estenua, essicca, & ferma il ventre (come hauemo detto anco nel primo libro) perche la fame essicca il ventre, come fa anco il corpo, & il calor naturale, per non hauer a bastanza di che nutrirsi; consuma l'humidita del ventre,

& delle carni; & a questo modo essicca, & ferma il ventre.

Il mangiar poi due volte il giorno, humetta, empie il corpo, & lubrica il ventre, perche il calor naturale, trouando due volte il giorno nuoua sorte di nutrimento, & essendo piu suauo il nuouo, che il vecchio, lo tira a se, l'unisce con il corpo, il qual perciò si accresce: rifiuta poi il cibo vecchio, & lo lascia nel ventre, come cosa inutile, & ingrata, il qual conseruando ancor la sua propria humidita, per il poca spatio, ch'è tra vna cibatione, & l'altra, & cacciato ogni giorno al basso dal nuouo cibo, che si prende, è necessario, ch'anco si smaltisca, & ch'esca piu facilmente.

L'utile che seguita per mangiar due volte il giorno.

Come esce l'escremento del ventre.

Del beuer solamente dopò il cibo, & con il cibo. Cap. I I I I.

S'ALCUNO non beuerà a mezo il pasto, ma solamente dopò c'ha finito da mangiare, & massime per un pezzo, dopoi; è necessario, che se li chiuda il ventre, perche l'humor secco prodotto dalli cibi secchi, inanti che beua, essicca il corpo, & ferma il ventre: per il contrario, se beuerà spesso mentre che mangia, hauerà il ventre molle, & lubrico, perche il cibo preso con tanta humidita humetta il corpo, & il ventre, & fa il ventre lubrico: doue che per patir sete, il ventre si fa stitico, perche il cibo si essicca nel ventre.

Il danno che seguita per non beuer a pasto.

Come è meglio beuer alquanto piu, che alquanto meno.

Et però è di gran giouamento per lubricar il ventre beuer alquanto piu a pranso, o a cena, accioche il cibo si faccia piu humido, & piu facilmente si cuocia; nè bisogna hauer paura, che per questo il cibo nuoti nel ventricolo, perche se non si fa sentir nelle fauci, nè moue nausea; & dopò che l'huomo ha mangiato, non si sente pigro, & da poco, & ha la respiratione libera, & facile, & dorme bene, & dopò c'ha dormito, si sveglia allegro, & non tristo, è segno, ch' il cibo non ha nuotato nello stomaco, & ch'è cosa sana a beuer a questo modo. Et questo si crede, che fosse in usanza ancora appresso gli antichi (si come accenna Aristotele nella vigesima seconda settione delli Problemi) mentre che ricerca, se si deuono mangiar confettioni dopò pasto, & a qual fine; & dice, che questo s'ha da far per beuer alquanto piu, perche non bisogna beuer solamente per quella sete, che l'huomo sente nel mangiar li primi cibi, ma gioua ancora a beuer alquanto dopoi.

Come gli antichi beueuano al quanto piu del suo bisogno.

Questo dice Aristotele.

Del

Del coito, del Sole, del foco, dell'ombra, & del freddo. Cap. v.

Come per il coito si può il corpo humettare, ma però il ventre non si può far lubrico.

LO SMISVRATO coito estenua, per l'euacuatione che fa, perche l'huomo se vi affatica, si scalda: ma se per quella fatica si fa qualche liquefattione, che pur resti nel corpo, ne seguita, ch' il corpo si humetta; realmente però non lubrica il ventre, & se bene liquefa alquanto gli humori, fa però il corpo secco.

Il sole, & il foco efficano il corpo.

Il Sole, & il foco essiccano, perche essendo di qualità caldi, & secchi, tirano, & cauano l'humidità fuori del corpo.

L'ombra & il freddo humettano se non sono eccessiui

L'ombra poi, & il freddo, se non sono eccessiui, humettano, perche è più l'humor che danno ad altri, che non è quello che riceuono; talche il Sole, & il caldo non giouano per lubricar il ventre: l'ombra poi, & il freddo non gli sono punto contrarij.

Del sudar. & orinar affai.

Il sudar affai fa il ventre stitico.

IL SVDAR spesso, & affai (perch' a questo modo si consuma l'humidità del corpo) estenua, & essicca, & è contrario per lubricar il ventre, perche caccia alla pelle la maggior parte dell'humor, che può far questo effetto.

L'orinar affai fa il ventre stitico.

Così ancor l'orinar affai (purche non venga dal troppo beuer) con il diuertir l'humidità dal ventre alle vie dell'orina, stringe il ventre: & è da saper, ch' il vento Aquilone stitica il ventre, & l'Austro lo lubrica.

Il vento Aquilone stitica il ventre, & l'austro lo lubrica.

Del Bagno. Cap. vi.

Perche il bagno d'acqua dolce se bene humetta, non però fa il ventre lubrico.

IL BAGNO d'acqua dolce humetta, & rinfresca, perche essendo di virtù humido, & freddo, altera il corpo delle medesime qualità: non per questo però lubrica il ventre, perche se sarà temperato in calidità, mollifica, & accresce il corpo; empie poi le parti esteriori, & essicca gli intestini: ma se serà troppo caldo, essicca le parti humide del corpo, & humetta le membrane, le cartilagini, & li cordoni; le quali parti, poiche sono humettate, producono debilità, & mancamento d'animo, & quelle essiccate, producono siccità, & sete. Se poi l'huomo entrerà nel ba

Ciò che seguita quando l'huomo entra nel bagno adigiuno.

gno

gno a digiuno, si rinfrescherà, & si estenuerà, perche con il caldo caua l'humidità dal corpo, il qual poi si rinfredda, per esser la carne rotata della sua natural humidità. Ma s'hauerà mangiato, lo scaldarà, & l'humettarà: & questo fa spargendo in maggior spazio gli humori, che sono nel corpo: se sarà freddo, fa l'effetto contrario, & in certo modo scaldarà il corpo, quando è vacuo, purche non sia troppo debile: quando poi hauerà mangiato di poco, causa siccità, con impedir, che l'humido non si sparga per il corpo: in qual si voglia modo che si faccia, per se stesso non muouerà mai il ventre,

L'effetto istesso s'ha d'aspettar dal bagno dell'acqua salata, quanto spetta a lubricar il ventre, perche l'acqua salata essendo naturalmente calda, tira dal capo l'humidità; & per questo scaldarà, & essicca.

Come il corpo si scaldarà, & humetta quando l'huomo entra nel bagno dopo il cibo.

Quando il bagno dopo il cibo causa siccità al corpo.

Il bagno per se stesso non moue mai il ventre.

L'acqua salata scaldarà, & essicca.

Delle ontioni.

QVELLI, che sono soliti a farsi lauare, & farsi ongere, & non lo fanno, s'essicano, & se gli stitica il ventre, perche gli manca quell'humore, il quale li soleua humettare: & benche l'ontione scaldi, humetti, & mollifichi, non può però penetrar, senon per accidente, sin dentro nel ventre, perche fa principalmente il suo effetto di fuori.

Il ventre si stitica a quelli che, essendo soliti, non si fanno lauare, & ongere.

Come l'ontione non può lubricar il ventre.

Del Sonno. Cap. vii.

IL SONNO, che si fa di notte, & secondo l'ordine naturale, non ha più particolare virtù a lubricar il ventre, di quello c'habbia la vigilia natural del giorno, perche se bene humetta, questo è, non perche humetti gl'intestini, ma perche sparge il nutrimento per tutt' il corpo, poiche altrimenti non pare, che per se stesso possa muouer, o fermar il ventre: in quanto però si stima, che humetti il corpo di dentro, & di fuori, sarà più presto di utile, che di danno a lubricar il ventre (si come s'è detto nel principio.) Il sonno non molto longo estenua, & rinfresca quelli, che dormono a digiuno, & c'hanno fame, perche consuma, & euacua l'humidità intrinseca: se poi è longo, è in tutti li modi cattiuo, perche scaldar troppo, liquefa le carni, dissolue il corpo, & causa debilità: nessuno d'essi lubrica il ventre, perche quello, che poco dura, estenua, il longo liquefa, & ambidoi essiccano: ma se sarà moderato, ingagliardisce, & conforta il corpo di colui, il qual è digiuno, ma non ha

Il sonno per se stesso se bene humetta non può però lubricare il ventre.

Qual è il sonno che rinfresca, & estenua.

Il danno che porta il sonno longo a digiuno.

L'utile che porta il sonno moderato.

però

però ancora cotto il cibo preso inanti, & non ha fame, & appresso l'aiuta a far buona concottione. Il sonno poi fatto subito dopo il cibo, spande il nutrimento per il corpo, humetta, scalda, ma nessuno d'essi prouoca il ventre.

L'effetto del sonno fatto subito dopo il cibo.

Della vigilia.

L'effetto del non dormire per un pezzo a quelli che hanno mangiato assai.

LO STAR molto tempo svegliato, causa indigestione, & nuoce fuor di modo a quello, che ha mangiato assai, perche impedisce, che il cibo non si liquefaccia; il che si conosce, perche si sente per un gran pezzo nello stomaco: & se non ha mangiato cosa alcuna, l'estenua bene, ma poi non l'offende tanto; & perche in generale esicca, ferma anco il ventre.

L'effetto del non dormire non hauendo preso cibo alcuno.

Dell'otio, & della fatica.

Come dall'otio il corpo non si nutrifce.

L'OTIO prima humetta, come di sopra hauemo detto, ma in tanto il calor naturale mezzo dormentato non piglia l'humidità dal nutrimento; onde auuiene, che il corpo non si nutrifce, si smagrisce, & all'ultimo si esicca. La fatica poi, ancorche faccia il corpo robusto, non dimeno esicca; talche è necessario, che l'huomo stia nè troppo in otio, nè manco in continuo essercitio, perche & l'uno & l'altro ferma il ventre, poiche la fatica moderata non è di manco causa di sanità, di quello, che sia il riposo proportionato alla fatica, il qual riposo non lascia essiccar gli humori, che sono nel corpo, & la fatica eccitando il calor naturale, caccia à basso le superfluità, che sono & nel ventricolo, & ne gli intestini; talche & l'uno & l'altro è molto utile à lubricar il ventre.

La troppo fatica, & il troppo otio ferma il ventre. L'effetto della fatica, & dell'otio.

In qual modo la fatica, & l'otio proportionati sono utili à lubricar il ventre.

Delli Cristieri. Cap. VIII.

FINALMENTE, ancorche nel primo, & nel secondo, & ancor più giorni non si veda effetto alcuno di lubricità, con tutto che l'huomo habbia benissimo osservato tutte queste regole, non però bisogna restar di perseverar in questo, perche molte volte accade, che tali rimedij non giouano così presto, ma con spatio di qualche giorno; & però non bisogna biasmarli. Fin tanto adunque, che il ventre si muoue, non s'ha da stimular con medicamento alcuno, nè con cristieri forti, perche spesso l'uso frequente di tali rimedij porta qualche pericolo, poiche con essi il corpo

Come può esser che quelli rimedij non giouaranno così presto.

il corpo piglia una consuetudine di non nutrirsi; & per questo poi si fa debile, ma con cristieri fatti con qualche cosa grassa, & di oglio in poca quantità, come saria di oncie otto, & dieci, accioche s'intratenga molto più tempo, & mollifichi più il corpo; & questi si possono far l'estate di oglio violato, & rosato, & di qualche altra simil sorte: l'inuernata è di oglio commune, & di mandole, & massime dolci, & di butiro, il quale anco si può ridurre in forma di sopposta, congelato prima dal freddo. Et tutte queste cose giouano fuor di modo: & però Galemo nel quinto di conseruar la sanità, dice, che si trouano alcuni, che s'allegnano, quando hanno hauuto gran beneficio del corpo; ma alle volte accade, che quanto maggior sarà stata quella euacuatione, tanto più il venire se gli chiude nelli giorni sequenti; ma con li cristieri fatti d'oglio gli escrementi secchi si humettano, & il viaggio loro si fa più facile.

Come l'uso de' medicamenti, & di cristieri forti è pericoloso. Quali clisteri sono buoni in questo caso.

Come hanno d'esser li clisteri d'inuerno, & d'estate.

Come alle volte il ventre si chiude dopo una larga euacuatione.

Così dice Galemo.

Dell'ordine, che richiedono quelle cose, che lubricano il ventre. Cap. VIII.

MI PARE d'hauer ragionato assai sopra quelle cose, che ho promesso poco fa di trattare, cioè dell'essercitio, che s'ha da far inanti, & dopo il cibo, del vomito, del riposo, della fatica, & di quelle cose, che alcuni pensano, che possano lubricar, & stringer il corpo. Resta hora, che dichiariamo quello, che hauemo proposto in ultimo di ricercar, cioè con qual ordine si deueno pigliar le cose lenitiue del ventre, & gli altri cibi. Perche sò benissimo, che tra li Medici è notabil controuersia, de quali la maggior parte commanda, che tutte queste cose si deueno pigliar auanti gli altri cibi, perche se si pigliano dopoi, affrettando l'uscita de gli altri fuori del ventricolo, sono poi causa, che il corpo non si nutrifce; talche se saranno presi inanti, apparecchiano la strada più facile à quelli, che si pigliano in ultimo, poiche però saranno ben cotti: & questo si crede che sia necessario più nelli frutti, che si chiamano horary, che in qual si voglia altro cibo, come quelli, che presi dopo gli altri, per esser tanto facil al putrefarsi, fanno, che anco gl'altri facilmente si putrefanno; onde ne nasce poi, che tutta la concottione si confonde, & si corrompe.

Come alcuni credono che le cose lenitiue si deueno pigliar inanti gli altri cibi. La causa di questa opinione.

Quali cibi s'intendano sotto questa regola.

Alcuni sono di contraria opinione, credendosi, che tutti li cibi, mentre che

Fff tre che

Come alcuni hanno vn'altra opinione, & qual è quella.

Come secondo alcuni li cibi mentre che si cuoceno, si voltano sotto, & sopra, & in qual modo.

Qual è il primo cibo feccolo questi, a vscir dallo stomaco.

Come li frutti horarij si deuono mangiar con il pane, & non solo li, inanti gl'altri cibi, & perche.

Nota l'inimicitia che è tra il cibo freddo, & lo stomaco. Come ambedue queste opinioni non sono in tutto vere.

Come alcuni non uoleno che il latte, o brodo preso inanti il cibo possa esser di danno.

Come li cibi nello stomaco non si mouono come fa la carne nella pignata, ma s'accomodano fin che sono ben cotti.

Qual sia l'opinione di quelli che vogliono che le cose che lubrificano si prendano inanti gl'altri cibi.

tre che si cuoceno nel ventricolo, bollono per via del calor naturale, come se fossero in una pignata à bollir per via del caldo del fuoco; & credono, che sia vanità grande à pigliar vn cibo prima dell'altro, acciò che quello, ch'è preso prima, sia anco il primo à scender al fondo dello stomaco, perche tutti, mentre che bollono, si voltano sottosopra; talche quello, che hora è in cima, presto sarà al basso: però quel cibo non è il primo à scender, ch'è stato il primo ad esser preso, ma quello, ch'è primo ad esser cotto, perche quello piglia più presto una qualità differente dalla sua, & stimula la natura all'espulsione. Con tutto questo bisogna saper, che li frutti chiamati horarij si deuono mangiar con il pane, o con qualche simile cibo, & prima de gli altri, & non soli, acciò che la puretine, alla qual sono tanto inchinati, & facili, si contemperì con la mistura di qualche cosa familiare; il che consente al precetto d'Hippocrate, o di Polibo, il qual commanda che li frutti si deuono mangiar con li cibi: & questa maniera di uiuer è tanto più sicura, & massime quando si mangiano freddi inanti pasto, quanto maggior è l'inimicitia tra il freddo, & lo stomaco digiuno.

A me pare, che ambedue queste opinioni non siano in tutto vere, poiche quelli, che vogliono, che tutte queste cose si pigliano senza alcuna distinctione, si come si pensano, che tutti si confondano nel ventricolo, così essi confondono sommamente se stessi.

Poiche non credo, ch'alcuno hauerà ardir d'affirmare, che se il latte sarà preso inanti il cibo, possa esser di danno, nè manco biasmarà vn'altro, che pigli brodi caldi inanti pasto, con intentione di maturar la slegma, ch'è nello stomaco, & di lubricar il ventre; poiche non è verisimile, che, mentre che il cibo preso inanti, si cuoce nello stomaco, vadi à sorte voltandosi sotto sopra nello stomaco, come fa la carne, & la minestra nella pignata, quando bolle; perche queste cose si muouono da luogo à luogo forte, & con violenza, dal fuoco: li cibi per il contrario, quando sono una volta scesi al fondo dello stomaco, accomodandosi l'uno sopra l'altro, & poi irrigati da qualche humidità, inui si riposano, & fermano, sin tanto, che sono ben cotti, & maturati dal calor naturale; & non à da creder, che siano à questo modo agitati sotto & sopra: Quelli poi, che commandano, che tutte le cose, che lubrificano, siano prese inanti gli altri cibi, pensano, che tali cose aprino la bocca inferiore dello stomaco (detta da Greci πύλορον, da Latini Ianitor, & in volgar si può chiamar Portinaro) come si fa una porta con la chiave; tal che se sono presi inanti, lasciano l'esoto libero à gli altri,

se

se dopoi cacciano inanti à se tutti li cibi presi prima, più presto che non conuiene, ancorche non si mettano nel numero de' medicamenti purganti, li quali habbiano la virtù, ch'essi suppongono che sia in questi cibi: nè manco si sa à pieno, che preparino la strada dell'vscir facile alli cibi presi dopoi; poiche si crede, che ciò sia detto più per propria opinione, che perche sia stato conosciuto, nè per via dell'arte, nè per via d'isperienza, nè per via di coniettura, che la cosa sia à questa maniera. Vi aggiungo poi, che di questi, alcuni muoueno il ventre, con prouocar la natura all'espulsione de gli escrementi, che all' hora si trouano nel ventricolo, come sono li salumi, & le specie, c'haueremo nominato di sopra, alcuni perche humettano li cibi solidi, come sono li brodi, li quali mescolati con li cibi, li fanno seco vscir dallo stomaco, & come sono alcune cose, c'hanno vn poco di lentore, & altre, che fanno altrimenti l'effetto di muouer il ventre; talmente che non tutte quelle cose, che lubrificano il ventre, si deuono sempre pigliar inanti che gli altri cibi: ma alcune si deuono prender inanti, alcune tra l'uno cibo & l'altro.

Queste cose ho voluto dir contra l'una & l'altra opinione.

Ma inanti ch'io determini questa difficultà, non faria fuor di proposito inserir in questo ragionamento alcune cose delli frutti, & d'altri cibi, che lubrificano il ventre, li quali senza alcuna controuersia sono riceuuti da tutti, per tali.

Però per parlar delli frutti, bisogna saper, che se sono presi dopò pasto, il corpo tira à se il suo succo facile da corromper si; ma perche ha poco di bisogno, per esser già satollo de gli altri cibi, tira à se manco di questi, che non faria.

Per il contrario, se saranno presi inanti gli altri cibi, perche il corpo è più digiuno, & più bisognoso, ne tirerà molto maggior quantità, & ne sentirà maggior lesione: nuociono però molto più ad alcuni, se sono presi dopò pranzo, o dopò cena, che inanti, non perche possano di sua natura nuocer più, prendendoli dopò, ch'inanti il cibo: ma perche se ne piglia in troppo quantità, nè per questo si lascia di pigliar la solita quantità de gli altri cibi; tal che il danno, che ne seguita, non è per li frutti in se, ma per la grande abbondantia, che se ne piglia. Et però quando l'huomo ne vuol mangiar dopò pasto, se lenarà una parte del cibo più sodo, con il schifar à questo modo tanta pienezza, daranno molto manco danno, che se si pigliassero inanti pasto.

Nel qual luogo mi pare d'auuertir quelli, che vogliono sempre pigliar

Fff 2 gliar

Come non si fa che li cibi lenitiui preparino la strada alli altri cibi presi dopoi.

Come il vêtre si moue in varij modi, & quali siano.

Non tutte queste cose che lubrificano il vêtre si deuono pigliar inanti gl'altri cibi.

Come il corpo tira à se il succo delli frutti, & quando più, & quando meno.

Quando il corpo prende adigiuno li frutti horarij, ne tira in maggior quantità. Per qual causa nuociono più essendo presi dopò li altri cibi.

Ciò c'ha da far l'huomo che voglia pigliar questi frutti do Poi gl'altri cibi.

gliar secretamente qualche cosa inanti il cibo, per lubricar il ventre, e' habbiano questa consideratione, di pigliar sempre più presto li cibi caldi, che li freddi, & più quelli, che facilmente si putrefanno, che quelli, che si difendono dalla putredine.

Vedi la causa di questo detto.

Questi, accioche, poiche sono corrotti, escano più presto fuori del corpo, quelli altri, percb' il caldo è più amico alla natura, ch' il freddo. Et tanto basta hauer detto di quelle cose, le quali si possono admetter senza alcuno dubbio: hora è tempo di risoluer la questione proposta.

A qual fine si pigliano le cose che lubrificano il ventre.

Bisogna dunque saper, che le cose che lubrificano il ventre, si pigliano principalmente per questo effetto, cioè accioche gli escrementi del cibo poco fa preso, non si fermino molto nel ventricolo, o ne gl' intestini: si pigliano ancora, accioche le superfluità del cibo del giorno inanti, che forse grauanano, presto escano dal corpo.

Qual disordine può seguir nel primo caso.

Nel primo caso bisogna auuertir, che con il suo veloce, & presto descender al basso, non conturbino tutt' il cibo, o graz parte d' esso, ouero che lo tirino seco abbaso inanti al tempo.

Qual disordine può nascere nel secondo caso.

Nel secondo caso, perche bisogna presto espurgar il corpo, s'ha d' auuertir, che non facciano il suo effetto più tardi, di quello, che conuiene: & però in questo caso non bisogna pigliarli a mezzo pasto, ma inanti a tutti li cibi, o subito, o di poco tempo prima, accioche facciano l' effetto suo più presto, perche pigliandoli in mezzo il pasto, perdono gran parte della sua virtù, per esser debili di natura.

Ciò che faceuano gl' antichi nel primo caso.

L' auuertimento del primo caso si può creder con l' esempio delli Medici antichissimi, li quali con la similitudine di questi lenitini, dauano una minestra, subito che l' amalato haueua preso il medicamento solutiuo. Nel secondo caso poi, s' imita Galeno, il qual nel secondo degli alimenti, parlando delle prugne, dice esser cosa chiara, che per lubricar il ventre, dopò prese le prugne, si deue beuer alquanto di vino dolce, & dopò alquanto di tempo, & non subito, mangiar: & è da saper, che questa regola è commune à tutte quelle cose, che lubrificano il ventre. In questo caso adunque non solo li brodi, & altre cose, che si putrefanno con difficoltà, ma anco li frutti chiamati horarij si deueno pigliar molto prima che si mangi.

Come non possono portar danno alcuno.

Nè occorre hauer paura, ch' il corpo digiuno s' empia del suo humor cattiuo, perche mentre che ha quelle superfluità in se, non ha di bisogno, ma più presto è satio. Nel primo caso anco non importa à prender questi lenitini con gli altri cibi, o primi, o secondi, o terzi che siano, purchè si mescolino bene insieme, perche à questa maniera le cose che

Quando non importa pigliar li lenitini con li primi, o con li secondi, o con li terzi cibi.

se che facilmente si corrompono, si contemperano; quelle che s' affrettano à uscir del corpo, si fermano alquanto; quelle ch' impediscono la cottione, la lasciano condur al fine. Ma se haueranno perso una gran parte della virtù, per quella mistura, perche non se ne possono però priuar affatto, inuitaranno pian piano gli altri cibi all' euacuatione: & à questo modo euacuaranno il ventre leggiermente.

Come li lenitini a questo modo presi vacuano il ventre.

Da quello che s' è detto adunque, pare che si possa concluder quanto spetta à lubricar il ventre, & all' ordine de gli altri cibi, che quando l' intentione nostra è di euacuar l' indigestione, ch' è nel ventre, questi lenitini si deueno prender o subito inanti il cibo, o per poco spatio inanti. Ma quando è di proueder, ch' il cibo, che di presente si troua nello stomaco, inui troppo non si fermi; & in somma che uolemo solamente mollificar il ventre, & non purgar altra materia, che prima vi fosse, si possono queste medesime pigliar mescolate con li cibi, talmente però, che facilmente si mollifichi tutto quello ch' è preso in fine, con quello che s' è preso prima.

Ciò che s' ha da far per euacuar le crudità.

Ciò che s' ha da far per mollificar il ventre.

Di muouer il ventre, quando le cose dette non giouino. Cap. x.

QUANDO tutte queste cose non bastassero, percb' il ventre cac ci fuori tutti quelli escrementi, che bisogna per la proportione del cibo preso, è ispediente seruirsi d' altri rimedij, & di lontanarsi alquanto dal primo proposito, accioche quando haueremo ottenuto l' intento nostro, vi possiamo più facilmente ritornare. Essendo adunque noi tanto inchinati di natura al mangiar assai, ancorche con la diligenza delle regole date si scarichiamo delli nostri escrementi tre, o quattro volte il giorno, nondimeno non potemo spesso schifar affatto questa pienezza, & satietà. Quando adunque la solita euacuatione non basta per leuarla, bisogna aiutarci d' altri ingegni, accioche si preseruiamo da questo incommodo, & con li quali si conseruiamo il ventre molle, & non stittico.

Come l' huomo è molto inchinato a mangiar assai.

Ciò ch' ha da far quando li detti rimedij non giouano.

Trouo adunque, che per questo si possono usar doi rimedij; vno è della natura, l' altro del Medico. Quanto à quello della natura, bisogna auuertir, che, se bene abborrissimo il cibo, che gli douemo resister con una abstinenza moderata, & non estrema, cioè di pigliar qual-

Doi rimedij si possono usar per questo bisogno, vno della natura, & l' altro dell' arte.

Qual è quello della natura.

che

Qual è quello dell'arte.

che cibo, ma poco, accioche la consuetudine nostra non si muti. Quanto poi à quello del Medico, bisogna quanto prima scaricar lo stomaco, & gl' intestini con qualche medicamento; & tanto più, se l'huomo per cacciar fuori pochissimi escrementi, sente, ch' il ventre v' a gonfiando, & gli occhi se gli offuscano, & il dolor di capo cresce, insieme con li mali delle parti superiori.

Ciò che si sente vno il cui ventre non è lubrico.

Quando adunque l'huomo abborrisce il cibo, & con tutto questo si sente pieno, & satio, ha principalmente da mangiar, & beuer poco; & se pur vorrà mangiar più del douere, pigliarà solamente cibi liquidi; & à questo modo supererà questa mala indispositione.

Ciò che ha da pigliar quello che si sente pieno, & aborrisce il cibo.

Quali medicamenti si deucno pigliar.

Quando poi sarà bisogno di pigliar medicamenti, deue far elettione de li più leggieri, & in particolare di quelli, c' hauemo al longo insegnato nell' Opera nostra del Malfrancesè: & tra gli altri giudico, ch' il nostro Elettuario chiamato Alessandrino, sia più al proposito di tutti gli altri: del qual (s' è fresco) se ne potrà pigliar mezza oncia alla volta, o due nel termine di tre giorni; poiche questo Elettuario è molto conueniente per purgar il petto, le reni, il ventre, & gl' intestini, & non è molto ingrato, nè manco conturba il corpo, come fanno quasi tutti gli altri medicamenti solutini, nè lascia il ventre stittico, perche non euacua gli humori con violenza: talmente che lenata quella pienezza, & satietà, non sarà cosa molto difficile hauer poi il ventre molle, & obediante, come era prima.

Lode dell'elettuario. Alessandrino, & come, & quanto se ne piglia.

L' Elettuario si fa à questo modo.

Il modo di far questo elettuario.

RECIPE Polipodio quercino fresco, & mondo, oncie iiij. foglie di Sena orientale, radice di Altea fresca, cauatali la midolla di mezzo con diligenza, & ben rasa di fuori di quella sua sottil pelle, d' ambedue oncie ij.

Si cuoceranno, secondo l' arte ordinaria, in acqua commune in vn vaso di terra vitriato: cotte che saranno queste cose, si spremeranno, & nel liquore che ne sarà uscito, si metterà mezza libra di polpa di Zibibo perfetto, lauato prima con la Maluasìa, & poi cauatoli li grani, & passato per il setaccio, Zuccaro fino oncie due; di nuouo si cuocerà ogni cosa insieme, sin tanto ch' il tutto acquistará la forma di Codognata.

Quali altri medicamenti si possono viare come si può viare que.

Molti altri medicamenti della medesima possanza si possono fare, come è quello, che si fa di Mercorella, o di Polipodio, o di foglie di Sena. Quello di Mercorella si compone à questo modo.

RECI-

RECIPE foglie di Mercorella manipuli iiij. cinnamomo drama una, anisi dramme iij. acqua commune quanto basta: si cuoceranno secondo l' arte, & poi si coleranno, & si spremeranno: di quest' espressione se ne pigliaranno otto dramme, Zuccaro bianco oncie sei, & si farà vn Confetto in rotuli, come si suol dire. Di questo se ne piglia vn' oncia, più o meno, poco inanti al pranzo. E' suauo medicamento, & purga senza molestia alcuna, & è chiamato da alcuni Diapartention minore.

Il modo di fare l'elettuario di mercorella.

Quando, & quanto si piglia di questo medicamento il qual è chiamato Diapartention minor.

Si può anco in luogo del decotto pigliar il succo di Mercorella ben purgato, & poi componerlo al modo detto. Questo non è così grato al gusto, ma nel resto è simile al primo, eccetto che bisogna pigliarne in manco quantità. E' chiamato Diapartention maggiore.

Un' altro modo di far questo elettuario il qual li chiama diapartention maggiore.

Quello di Polipodio si fa à questo modo.

Il modo di far l'elettuario di Polipodio.

RECIPE Polipodio quercino fatto prima netto con diligenza, oncie iiij. Zenzero dramma meza, seme di finocchio dolce drama una, di aniso dramme due, passule dolci oncia una. Si cuoce ogni cosa in acqua commune, secondo l' arte, & poi si cola il tutto, & si sprema: di questa espressione se ne piglia una libra, zuccaro bianco oncie viij. coralli rossi dramma una & meza, perle preparate scrupuli iiij. se ne fa vn confetto in rotuli, del qual se ne piglia circa mezza oncia inanti al cibo. Et à questo modo si fa ancora l' Elettuario di Sena, & similmente à questo modo si piglia.

Quando, & quanto si piglia questo medicamento. Nota anco l'elettuario di Sena.

Quasi il medesimo effetto si può sperar, se si pigliarà circa mezza oncia di Manna calabrese subito inanti il cibo, o poco prima, o la beuerà stemperata nel brodo. Il medesimo anco può fare l' Aloe eletto, lauato noue volte con l' acqua piauana, perche à questo modo il suo calore si contempera, & la sua siccità, della qual si ha tanta paura per li vecchi (come dice Galeno nell' ottauo di conseruar la sanità) se gli lena; onde Cornelio Celso nel libro primo al capitolo terzo dice, che s' alcuno vuol purgar il ventre, deue prima usar li cibi, & le beuande, che possano far quest' effetto, & poi se non giouaranno, pigliarà l' aloe, del qual se ne piglia vn scrupulo la mattina poco inanti il pranzo, & la sera poco dopo cena: & così si v' a seguitando, sin tanto che quella pienezza, & satietà se n' è partita.

Come la manna ha la istessa virtù, quanta, & come si piglia. Come l' aloe lauato ha l' istessa virtù.

Come l' aloe perde la siccità per lauarlo.

Cornelio celso come v' a l' aloe.

Et perche alcuni credono, che si possa dar l' aloe anco dopo cena, n' ha uenno trattato nell' Opera nostra del Malfrancesè, & in ciò hauemo seguitato Paolo Egineta. Plinio ancora fa fede nel libro 27. ch' era in uso appresso

Se l' aloe si deue dar dopo cena.

se l'aloë si deue dar dopo cena.

Nota dell'aloë lauato con l'infusione di Reubarbaro, & la quantità che se ne piglia.

Difetti che al falso s'attribuiscono all'aloë.

In qual modo non può hauer quelli difetti.

Nota la virtù del Reubarbaro come s'ha da pigliar, & in quanta quantità.

Nota del mele rosato solutiuo, & quanto se ne piglia.

Nota del siropo rosato solutiuo.

Nota la virtù dell' Sebesten, & quanti se ne pigliano.

appresso gli Antichi, quando scriuendo dell' aloë, dice, che se li cibi si cuoceno con difficoltà, si deue dar l' aloë poco dopo cena. Il medesimo effetto farà l' aloë lauato con l' infusione di Reubarbaro, & preso nel medesimo modo alla quantità d' un scropulo. Nè alcuno deue hauer paura di quello, che dicono alcuni, che fanno del saggio, & non sono; li quali, per parer tali, dicono, secondo l' autorità di Galeno, che l' aloë è di danno in questo caso, perche esicca, come loro esponeno, & secondo gli Arabi, che prouoca l' hemorroide, perche, ancorche si pigli per molte, & molte volte, purchè vi sia notabile interuallo di tempo, & in così poca quantità, non può far nè l' uno nè l' altro effetto.

Il medesimo effetto farà il Reubarbaro, se sarà masticato alla quantità d' un scropulo, vn poco inanti pranso, ouero se si ingiottirà con l' aggiunta di doppia quantità di Manna calabrese, perche con il lentore della Manna perde ogni sua malitia: ouero il mele fatto con noue infusioni di rose, alla quantità d' vn' oncia & meza, preso per due, ò tre hore inanti pranso, ò altro tanto siropo rosato solutiuo, prendendolo ogni giorno, ouero vn giorno sì, & l' altro nò, secondo che muouerà il ventre, più ò meno, fin tanto che durarà quella satietà. Il medesimo effetto faranno quindici Sebesten poco più ò poco meno cotti nel brodo, & pigliar il detto brodo, per tre ò quattro hore inanti pranso, & come si vorrà pransare, pigliare li detti Sebesten coperti alquanto di Zuccaro, in luogo di prugne.

I L F I N E.

TAVOLA COPIOSA
DEL PRESENTE LIBRO.



A



Bbandonar mai si deue l' infermo. 235
 Abbandonar quando si può l' infermo. 236
 Abbate Marco viuio. 87
 Aceto, & sue qualità. 89
 Aceto forte perche prouochi il ventre. 90
 Aceto odorato perche ristori più li spiriti che il vino. 61
 Aceto nel cuocerlo non si fa ne grosso ne lento. 62
 Aceto perche ristresca, & perche stringe. 398
 Aceto non si può far del vino Romano, & perche. 69
 Aceto come humetti le fecci. 398
 Acide si fanno alcune cose senza putrefattione. 49
 Acidità si fa in doi modi, & quali. 50
 Acida perche si fa l' acqua nel corrompersi. 50
 Acido sapor come causi pietre. 52
 Acetosa, & sue qualità, & come piace. 102
 Acque che si vsano a Roma, di quante forte sono. 35
 Acqua d' Anticuli, quādo è migliore. 55
 Acqua d' Anticuli si beue sicuramēte. 55
 Acqua del Teuere è la miglior di Roma. 41. 46
 Acqua della Marmorata è leggiera. 51
 Acqua del Teuer nō si purga prima che in sei mesi, & come. 41. 44. 45
 Acqua del Teuere si altera, ma non si corrompe, & per qual causa. 45
 Acqua del Teuere nō genera sabbia. 201
 Acqua del Teuere come è differente da quella de' pozzi di Roma. 36
 Acqua de' pozzi di Roma, qual danno porti. 36

Acqua che nasce doue leua il sole d' estate è miglior di tutte. 41
 Acqua che pioue, qual è bona, & qual è cattina. 36. 394
 Acqua di cisterne di Roma quali sono 37
 Acqua della fontana di Treui genera calculi. 37
 Acqua vergine era la fontana di Treui. 38
 Acqua Salonia doue nasce, & sue qualità. 39
 Acqua Salonia nō fa bianca la carne. 40
 Acqua Salonia noce a i magri, gioua a i grassa. 40
 Acque medicinali di qual forte sono. 46
 Acque perche sono più calde l' inuerno, che l' estate. 47. 48. 51
 Acque perche sono sempre calde, & perche si corrompono. 48
 Acque nel corrompersi prima si torbidano, & poi si fanno chiare. 48. 49
 Acque sotto terra pigliano la natura de li minerali. 48
 Acque minerali perche hanno odor di solfo. 48
 Acqua nel corrompetti perche si fa acida. 49. 50
 Acqua se ben si muoue, come si corrompe. 50
 Acque calde correno sotto terra. 47. 50
 Acque calde sono leggieri. 51
 Acque minerali come sono di danno, & vtile. 53
 Acque dolci perche non sono così buone ne i mali, come le minerali. 53
 Acqua non nutrisce, & perche. 58
 Acqua è manco vtile del vino, & perche. 59
 Acqua si conosce dall' isperienza. 41
 Acqua ò fredda, ò calda che si beua, sma grisse. 394
 Acqua presa con poco cibo sminuisce il calor G g g

T A V O L A

calor naturale.	59
Acqua beuuta, netta tutte le parti.	287
Acqua à quali è vtile.	287
Acqua come difende dalla podagra.	242
Acqua molto fredda ferma il corpo.	394
Acqua al vecchio è più vtile del vino.	286
Acqua come si caccia da se stessa.	273
Acqua buoua fa che l'huomo non s'ef-	
ficchi.	286
Acqua conferua la vita.	286
Acqua è sana, pche facilmetes'altera.	287
Acqua si fa terra più tardi, che le altre	
cofe.	287
Acqua, & fue bone qualità, & lodi.	287
Acqua se s'ha da beuer dopò li fichi.	125
Acqua, & non vino si deue beuer dopò	
li cibi solidi.	216
Acqua quando s'ha da beuer, & non vi-	
no.	256
Acque doue siano mal sane.	303
Acqua è meglio a beuer andando al so-	
le.	355
Acqua ha da esser più che il vino per lu-	
bricar il ventre.	361
Acqua salata stringe il ventre.	363
Acque medicinali fanno il chilo grosso,	
& difficoltà d'orina.	49
Acqua quando ferma, & moue il ven-	
tre.	394
Acqua come genera pietre.	394
Acque medicinali tutte stringono.	394
Acqua salata calda, & efficca.	407
Acquetra vino come si faccia.	71
Acquatò vino e di varie forti.	74
Acquedotti sotto terra qual danno pos-	
sono portar.	9
Acciauolo, & lignouio vino.	86
Accidenti che vengono per l'hellebero	
bianco preso per bocca.	226
Acrimonia nel mele onde nasca.	188
Aeropoli vino, & fue qualità.	86
Africani perche non beuono vino.	203
Aglianico vino.	85
Aglio, & suo odor come si cacci.	101
Aglio come generi, & risolua li flati.	114
Aglio come gioua, & noce alla vista.	114
Aglio come caufi, & non caufi fere.	114
Aglio qual dàno, e vtile porti se è cotto.	114
Agnello, & fue qualità.	171
Agnello come vâ cotto.	268
Agnello è miglior a Padoa che altroue.	171
Agucchia pesce, & fue qualità.	159
Albano, & suo bon vino.	76
Alchermes come gioui, & nõ gioui.	224
Alece pesce, che cosa sia.	157
Ali dell'anetra sono migliori che le altre	
parti.	176
Aloe perde la ficità per lauarlo.	415
Aloe se si deue dar dopò cena.	415
Aloe lauato con l'infusione di Reobar-	
baro.	416
Aloe com'è biasmato al falso.	416
Allagrezza come può amazzare l'huo-	
mo.	343. 344. 345. 347
Allegrezza fa multiplicar li spiriti.	344
Allegrezza nõ è cõtraria alla paura.	345
Allegrezza è cosa bona, & come si pro-	
hibisce.	348
Allume, & solfo secondo alcuni ha l'ac-	
qua del Teuere.	42
Alteratione dell'aria quanto è potete.	5
Ambitione, & suo effetto cattiuo.	206
Ambitione di quante forti sia, & come	
si curi.	258
Amido come stringe il ventre.	369
Anagni, & suo vino.	79
Anetra, & fue bone qualità.	176
Anetra è miglior a rofco che a lessò.	176
Anetra ha le ali migliori che il resto.	176
Anguillara, & suo vino.	78
Anguille bone onde vengano.	159
Anguilla a quali membri è nemica.	159
Anguilla, & sua grassa è nemicissima al-	
l'huomo.	159
Anguria, & danno che porta.	127
Animali domestici hanno la carne più	
humida, che li fetuaggi.	168
Animali gioueni sono più humidi che li	
vecchi.	168
Animali che crescono sono migliori che	
quelli che calano.	168
Animali che stãno ne i mõi sono miglio-	
ri che quelli che stanno ne i piani.	168
Animali acquatici quali sono, & di qual	
forte.	147. 287
Animo si diuertisse altroue da tre co-	
se.	222
Anifo è flatuoso, & resolue il flato.	136
Anno come ha da esser salubre.	14. 17
Anno	

T A V O L A

Anno non può esser salubre se l'estate è	
troppo calda, & l'inuernata troppo	
fredda.	15
Anno nel qual pioue come si deue non	
è humido, ma temperato.	18
Anticamente Roma non patiuua male al-	
cuno per le fontane.	9
Antichi come faceuano il vino.	66
Antichi perche stimorno più la mutatio-	
ne dell'acqua, che del vino, & de gli	
altri cibi.	287
Antichi haueuano in vfo il beuer fred-	
do.	319
Antichi beueuano più di quello che gli	
bisognaua.	405
Antichi quante volte il giorno mangia-	
uano.	229
Antichi non s'hãno da imitare nel cibari	
infermi.	229
Antichi non parlano delle fraghe.	123
Antichi non haueuano camiscie.	312
Anticuli, & sua acqua come sia.	56
Antimonio, & precipitato come si han-	
no a dare.	227
Antimonio anticamente nõ si daua p boc-	
ca, ma ben di fuori, & suo effetto.	227
Appetito del coito come cresca.	166
Appetito a qual fine è stato dato.	329
Appetito d'Aprile è maggiore.	352
Apiano vino.	89
Apij pomi, & rosei, quali siano.	131
Apua pesce che cosa sia.	157
Aquilone chiamato da alcuni Borea, da	
altri Greco.	10
Aquilone sereno d'inuerno, & d'Auton	
no quali mali produca.	20
Aquilone se spira dall'aurora sin a mezo	
giorno quello che segue.	31
Aquilone vto fa il vtre stitrico.	20. 406
Aquilone vto doue & come è sano.	303
Aquilone vento come si fa cattiuo.	13
Aquilone vento come moue cattarri.	32
Aquilone pesce, & fue qualità.	163
Arabi, & loro dottrina dell'andar a let-	
to.	326
Arbori come siano più fertili.	255
Arbuto, e fue qualità, & ciò che sia.	133
Arenghi come si conferuino.	192
Aria è molto potente per alterar li corpi	
nostri.	5

Aria ne i monti a Roma è leggiera, fred-	
da, & secca, & perche.	6
Aria che facilmente si riceue fa li corpi	
corruttibili, & per qual causa.	8
Aria nella valle è graue.	6
Aria di Roma empie la testa.	7
Aria si fa trasparente dal settentrione.	10
Aria si fa tenebrosa calda, & humida dal	
l'Austro.	10
Aria della mattina, è pericolosa.	14
Aria qual membro penetra presto.	31
Aria purgale parti dentro, & fuori.	255
Aria, & sole è come l'effercitio.	272
Aria perche è cattiuo l'estate ne i luoghi	
maritimi.	301
Aria nel mar di Roma è cattiuo.	302
Aria bassa pche calda più che l'alta.	302
Aria d'inuerno doue non è di dano.	302
Aria di Roma è calda, & humida.	6
Aria di Roma è varia per tutto.	7
Aria di Roma perche è mal sana.	7
Aria entra in tutto il corpo.	202
Aria presto si risolue p grossa che sia.	206
Aria della sera è peggior d'inuerno, che	
d'estate.	4
Aria delle vigne di Roma quando non	
è cattiuo.	269. 301
Aria di Roma qual è migliore, & doue.	
298	
Aria sana si fa mal sana, & come.	298
Aria che va da vn luogo all'altro è fa-	
na.	299
Aria bassa, & caliginosa è mal sana.	299
Aria della sera vicina al fiume come sia.	
299	
Aria quando noce alle ferite di testa.	299
Aria d'estate quando è più calda.	300
Aria quando è più sana.	300
Aria della Città come si purifica.	301
Aria di Napoli, & di Genoa perche non	
è cattiuo.	302
Aria d'inuerno doue non è di dano.	302
Aridità delli cotogni ferma il vtre.	131
Aristotile, & sua opinione, circa le ac-	
que.	52
Aristotile ciò che dice delle ostriche.	96
Aristotile dice che il sangue del ceruo	
non ha fibre.	238
Aristotile ciò che dice de i membri in-	
terni.	330

T A V O L A

Aristotile ciò che dice d'alcune piog-
gie. 17
Arteria Trachea ciò che sia. 249
Arzilla pesce ciò che sia, & come si chia-
mi. 163
Ascender non può il freddo come fa il
caldo. 116
Asparagi da qual herbe si pigliano, & di
qual sorte sono. 117
Asparagi come mouono il corpo. 117
Asparagi della brionia quali siano, &
suoi effetti. 117
Asparagi di rusco, & suoi effetti. 117
Asparagi veri prouocano l'orina, & il
ventre. 385
Asparagi duri stringono il ventre. 385
Asprino vino. 86
Atriplice non è in vso tra li cibi. 101
Atriplice è di due sorti, sue virtù. 101
Atriplice pche biasmata da Pitagora. 101
Auellane migliori quali sono. 138. 389
Auellane sono le noci pontice, & le noc-
ciole. 138
Auellane, & danno che portano. 138
Auerrimento, che si deue hauer circa il
mangiare. 215
Austro quando spira cessa la fame, & la
sete. 7
Austro più facilmete entra che nō esce. 8
Austro, & il lebecchio cioè garbino ven-
gono da mezo giorno. 10
Austro con la pioggia d'Autonno d'in-
uerno, & primauera quali mali pro-
ducono. 20
Austro sereno quando regna ciò che se-
gui. 30
Austro quando regna dopò l'Aquilone,
ciò che segue. 30
Austro vento lubrica il ventre. 406
Autonno, & inuernata come hanno da
essere, quando l'anno ha da esser sa-
lubre. 14
D'Autonno se non pious l'inuernata
e aspera. 16. 18
D'Autonno se pious assai, il verno farà
tepido, & secco. 18
Autonno Aquilonare, & humido, quali
mali causa. 19
Autonno se è Australe, & piouso, & l'e-
state Australe, e serena ciò che segue. 28

L'Autonno se regna Austro cō piog-
gie, & l'estate l'Aquilone secco, quello
che segue. 29
L'Autonno è più cattiuo de gli altri
tempi. 304
L'Autonno pche moltiplica l'orina. 358
L'Autonno bisogna guardarfi da gli er-
rori. 357
L'Autonno ciò che s'ha da fare per star
sano. 357
Azarolo, sue qualità, & quello che sia-
no. 133

B

Bagni d'acqua dolce sono cattiuia i
grassi. 255
Bagni perche furno instituiti da gli anti-
chi. 312
Bagni, & loro vtile, & danno, & suo ef-
fetto. 312
Bagni sono migliori l'estate, che l'inuer-
no. 312
Bagni s'hanno a far innanti il cibo, scari-
cato il ventre. 312
Bagni quando s'ha da vsire. 312
Bagni al modo antico sono difusati. 312
Bagno a quali nuoce, & a quali gioua.
312. 355
Bagno come è buono nel flusso del fan-
gue. 313
Bagno, come deue esser caldo. 313
Bagno a quali è cattiuo. 313
Bagno fa il ventre lubrico, & come, &
perche. 313
Bagno per se stesso nō moue il ventre. 406
Bagno a digiuno, & suo effetto. 406
Bagno dopò il cibo qual effetto produ-
ca. 407
Balli, & Musica quanto gioui. 259
Balie deono mangiar quello, che man-
giano li figliuoli, che lattano. 264
Bambino prima, che nasca quando è leg-
giero, & fermo. 260
Bambino è magro, ma compito nel setti-
mo mese. 261
Bambino nel settimo mese è pieno di ca-
uità. 261
Bambino perche non può tirar quanto
desidera. 261
Bambino s'empie fuor di modo nel ot-
tauo

T A V O L A

tauo mese. 261
Bambino cuoce il nutrimento in trenta
giorni. 261
Bambino quando per poca cosa esce in-
luce. 261
Bambino quando nasce nelli dieci, ò vn-
decim mesi. 262
Bambino ciò che fa nel settimo mese poi
che è compito. 262
Bambino tira manco robba nel nono
mese. 262
Barbo di qual tempo è migliore. 160
Barbo, & qualità della sua carne. 160
Barbo, & sue oua perniciose. 160
Basilico verde lubrica il ventre, & secco
lo stringe. 382
Becco, & sua carne. 171
Beluedere vino. 87
Beneficio del corpo, come si deue haue-
re ogni giorno, & quando si ha d'ha-
uere. 215
Beuer molto freddo quanto noce, & gio-
ua, & a quali. 318. 319
Beuer spesso quādo, & quāto gioui. 259
Beuer acqua deono li grandi mangia-
tori. 273
Beueracqua è meglio andando al sole.
355
Beuere ciò che si deue nella pienezza
di testa. 212
Beuer quando è troppo, come si cono-
sca. 216
Beuer acqua se è buono nella podagra.
242
Beuer non bisogna dopò molti cotogni.
132
Beuer vino a digiuno quando gioui. 66
Beuer non si deue dopò li fichi, & quan-
do. 125. 126
Beuer non si deue dopò li meloni. 128
Beuendo dopò li meloni, si deue beuer
vino, & perche. 128
Beuer freddo come non noce. 319
Beuer bisogna a mezo pasto, & perche.
361
Beuer freddo, di quale & quanto danno
sia. 319
Beuer freddo era in vso à gli antichi. 319
Beuer freddo quando è più sicuro. 319
Beuer poco quando si deue. 319

Beuitori di vini piccioli orinano assai.
320
Beuitori di vini grandi orinano poco, &
generano pietre, & perche. 320
Beuitori grandi non possono comportar
la fame, nè molta euacuatione. 322
Beuitori grandi non deono colcarsi su-
bito dopò cena, & perche. 328
Beuer non si deue vin puro quando pio-
ue. 349
Beuer quando si deue tra'l pranfo, & la
cena. 355
Beuer, quāl vtil & danno porta. 355
Beuer bene deue quello, che mangia po-
co, & perche, & come. 355
Beuer assai d'Autonno perche noce. 357
Beuer salato prouoca l'orina, & stittica il
ventre. 363
Beuer si deue sempre a pasto, & pche. 405
Beuer si deue alquanto più, che alquan-
to meno. 405
Bianca non si fa la carne dell'acqua salo-
nica, & perche. 40
Biedone, & sua qualità. 100
Biedone non è cibo da Nobili. 100
Bieta è di due sorti, & sue qualità. 100
Bieta come rede al vino il sapor pso. 101
Bocca pesce, cioè menola, & sue quali-
tà. 156
Bocca come si cuoce, & come si confer-
ua. 156
Bocca come si fa amara. 337
Bollente vna cosa, si può far senza fuo-
co. 46
Borea Greco, & Aquilone secondo alcu-
ni sono vna cosa medesima. 10
Boragine, & Bugolosa sono il medesi-
mo. 99
Boragine come la miglior si conosce, &
sue virtù. 99
Boragine, & suo fior non si cuoce nello
stomaco, & perche. 99
Boragine, & sua radice quando si man-
gia. 99
Borgo, & l'Hortaccio, perche patiscano
assai dall'ostro, & da garbino. 5
Borgo, & l'Hortaccio come sono più pe-
ricolosi de' mali, & de' quali. 27
Boue ha molto sangue, & poca carne.
372

T A V O L A

Bottarga come si faccia. 192
 Bracciano, & suo vino. 78
 Brionia, suoi sparagi, & suoi effetti. 117
 Broccolo se sia vtile, & che danno porti, & onde nasce. 95
 Brodo, & latte preso inanti cibo nõ può effer di danno. 410
 Brodo beuto quanto sia vtile. 219. 217
 Brodo quando s'ha da beuere. 257
 Brodi caldi lubrificano il ventre. 362
 Brodo di lumache, & di tartaruca, & sua virtù. 379
 Brodo di caulo come moue il ventre. 382
 Brodo di ceci è di danno alle vlcere della vesica. 141
 Brodo, e cose liquide, quando bisogna beuer. 245
 Brodo di vaccina quando conuiene più. 268
 Brodo di lenti, & sua facultà. 142. 371
 Brodi di lumache, & di gambari. 379
 Bronco pesce, & sue qualità. 158
 Bruco pesce quello che sia. 162
 Brusior di stomaco ne i vecchi onde venga. 281
 Brutti animali perche non si sconciano. 260
 Bufalo, & qualità della sua carne. 373
 Bufalo è cibo da Giudei. 170
 Bufalo, & suo lombo, fegato, & lingua. 170
 Butiro, & sue buone, & cattive qualità. 185. 376

C

Alabresi vini. 79
 Calamaro pesce, cioè loligo, & sue qualità. 164
 Calamaro è miglior della sepia. 164
 Calamento come moua il ventre. 383
 Calamaro scritto da Galeno. 164
 Caldo grande quando danno faccia. 31
 Calde molto non deuono essere le epitime. 235
 Calcoli come genera l'acqua del Teuer. 42
 Calcoli onde si generino. 49
 Calcoli come si leuino, & non si leuino

dall'acqua di Anticuli. 56
 A Calcoli noce il vino potente. 59
 Calcoli si rompono dal succo di limone, beuto con la maluaia. 134
 Calda è Roma al mezzo giorno, ma la mattina, & la sera è fredda. 7
 Calda, & humida è l'aria ne' luoghi piani. 6
 Calumnia non si deue stimar dal'huomo virtuoso per far bene. 2
 Calor temperato, & sole, come è amico alla natura. 281
 Calor temperato, & suoi buoni effetti. 282
 Il Calor naturale si mantiene dal fetterione. 10
 Caligini d'estate qual mal portino. 23
 Camere fatte in volta sono cattive, & perche. 295
 Camere fodrate sono migliori. 295
 Cantine piene d'acqua qual danno possono portare. 9
 Camiscie non erano in vso appresso gli Antichi. 312
 Campidoglio, & sua habitatione perche è più sana. 5
 Capo riceue più vapori che gli altri membri. 400
 Capo di latte non è mal sano. 376. 185
 Capo è origine di tutti li mali. 203
 Capretto ha la carne c'ha odor di becco. 171
 Et perche si mangi freddo, & a quali sia di danno, & di vtile. 171. 373
 Capre, & sua carne, a qual sia di danno. 171.
 Capipleno è il primo male che regnia a Roma. 200
 Capo, & milza sono molto esposti alle infirmità. 203
 Capo riceue più vapori, che gli altri membri. 400
 Capo non si può premer come il fegato. 204.
 Capo corso vino di Corsica. 88
 Capriolo, & sua qualità. 173. 374
 Carobe fresche moueno, secche stringono. 389
 Caprarola, & suo vino. 78
 Capparo, & sue facultà. 383
 Capo

T A V O L A

Capo può patir per se stesso, ò per consenso. 213
 Capone pesce, & sue qualità. 151
 Capone d'altra sorte, & sue qualità. 151
 Capone secondo, è di due sorti, & qual sia più buono. 151
 Capone terzo, & sue qualità. 151
 Cappone, è miglior della gallina, & del pollastro. 175
 Cardo. 116
 Cariota, & sue qualità. 116
 Carcioffo, & vtil che porta. 135
 Carcioffo suoi fusti, & foglie, come si mangiano. 135
 Cardano proibisce l'essercitio a vecchi. 276
 Carinola vino Siciliano. 88
 Carne non si fa bianca per l'acqua salona, & per qual causa. 40
 Carne perche non riceue il cibo preso. 248
 Carne cotta col vino si fa dura, & con l'acqua si fa molle. 58
 Carne de gli animali domestici è più humida. 168
 Carne de gli animali che crescono è migliore. 168
 Carne de troppo giouini, & troppo vecchi è pessima, & perche. 168
 Carne de gli animali che stanno ne i monti, è migliore, & perche. 168
 Carne de gli animali che stanno ne i piani, è peggiore, & perche. 168
 Carni tutte riscaldano, & perche. 168
 Carni secche scaldano, & rasciugano. 168
 Carni humide humettano, & lubrificano il ventre, & perche. 168
 Carni troppo cotte danno poca forza. 169
 Carni mal cotte danno più forza. 169
 Carni arrostitire, & bollite a quali giouino. 169
 Carni fresche danno più forza che le frolli. 169
 Le carni arrostitite sono più secche, le bollite sono più humide. 169
 Carni bollite sono più sane, ma men grate. 169

Carni grasse, & magre, & loro effetto. 169
 Carni dense a quali sono vtili, & di danno. 169
 Carni nutriscono più che gli altri cibi. 169
 Carne se ne deue mangiar meno. 169
 Carne, come noce quando se ne mangia troppo. 170
 Carne, è cibo conueniente all'huomo. 170
 Carne non genera carne, & come. 171
 Carne di castrato è miglior a Roma. 171
 Carne di porco qual vtile, & danno portata. 172
 Carne di porco doue sia soauissima. 172
 Carne di porchetta è mal sana, & perche. 172
 Carne di porco saluatico, è più sana che quella del domestico. 173
 Carne di castrato vecchio, è pessima. 173
 Carne di lepre, & sue qualità. 173
 Carne di lepre non induce melanconia, & perche. 173
 Carne di capriolo, & sue qualità. 173
 Carne di ceruo perche è peggior l'estate. 173
 Carne di ceruo, & suoi effetti cattivi. 174
 Carne di volpe, quando è manco cattiva. 174
 Carne del riccio terrestre sue qualità, & suoi effetti. 174
 Carne di ghiro non era in vso anticamete. 174
 Carne di ghiro hora è in vso, & perche. 174
 Carne di ghiro è grassa, e suoi effetti. 174
 Carne di gallina, & di pollastra è la miglior. 175
 Carne quando s'ha da lassar nella pienezza di ventre. 217
 Carni di Roma non molto riscaldano. 233
 Carni, & ventre come s'essiccano. 250
 Carne di porco, vna, & vino Romano se o quando s'hanno da lassar. 269
 Carne di ceruo, & di vipera non prolunga la vita. 297
 Carne di vipera è pericolosa, & perche. 298

T A V O L A

298
Carne non si confuma per l'effercitio.
307
Carni si fanno grasse per l'effercitio.
307
Carni molli hanno bisogno di nutrimento maggiore, & le massiccie di manco.
322
Carni d'inuerno vanno arrostate.
351
Carni d'estate vanno bollite.
354
Carni come deuno essere per lubricar il ventre.
362
Carni tutte scaldano.
372
Carni, & sue molte qualità.
372. 373. 374
Carne di castrato perche in Spagna è migliore.
374
Carne di lumache, & di tartaruche, a quali gioui.
379
Carobe, & sue qualità, & effetti.
135
Cartilagine de gli animali, & sua qualità.
181. 375
Cardo, & sua radice.
116
Cariota, & sue qualità.
116
Cascio, & pane mangiato con le pere qual utile porti.
130
Cascio a quali nuoce, & sue qualità.
186
Cascio è difficil da cuocere.
186
Cascio si fa duro dal vino.
186
Cascio qual è migliore.
186
Cascio come gioui alli magri.
186
Cascio come non può giouare alli vecchi.
187
Cascio fresco senza sale, & sue qualità.
187
Cascio salato vecchio perche è cattiuo.
187
Cascio di pecora non è fatto col quaglio.
187
Cascio marzolino è miglior di tutti.
187
Cascio di vacca, & di capra, & sue qualità.
187
Cascio di bufalo, perche è duro da cuocere.
187
Cascio a quali, & come nuoce.
253. 270. 354
Cascio, & vn suo mirabile effetto.
187
Cascio da quali s'ha da lasciar.
253. 354
Cascio a quali conuene.
268. 318
Cascio se lubrica il ventre.
377

Cascio non si mangia l'estate.
354
Cascio si deue mangiar a mezo pasto.
377
Cascio, & suo effetto pigliato dopò pasto.
377
Castagne quando si possono mangiare.
269
Castagne, & sue qualità, & effetti.
137
Castagne cotte sono manco cattiuo.
137
Castagne quando si deuno mangiare.
137
Castrato, & sue qualità, & perche in Ispagna è meglio che in Roma.
374
Castel Candolfo, & suo vino.
77
Castel Abbatio vino.
86
Al cascar de peli, come si può prouedere.
101
Casalepori qual herba sia, perche cosi si chiami, & sue qualità.
104
Cauicare come stringe il ventre.
402
Caualli, che stanno in otio si smagrano.
314
Caulo è di tre specie, & quali sono.
94
Caulo è di tre altre specie, & quali sono.
94
Caulo come si generi, & si femini.
94
Caulo tiene la natura della rapa, & perche.
94
Caulo qual sia più suaue, & più sano.
95
Caulo come si deue cuocere.
95
Caulo come efficchi, & netti.
95
Caulo come purghi, & stringe il ventre.
95
Caulo come debilita la vista con li lenti.
96
Caulo gioua al tremore, & alla vista.
96
Caulo gioua alla crapula, & alla embriacchezza.
96. 97
Caulo fugito dalla vite.
96
Caulo perche si mangiava inanti pasto dalli egittij.
96
Caulo cotto con la carne grassa non può portar tanto danno.
97
Caulo a quali è di danno.
97. 98
Caulo quando si può conceder.
98
Caulo l'estate è cattiuo.
95. 268
Caulo come s'ha da pigliar.
268
Caulo come moue il ventre.
381
Cauiaro come, & doue si faccia.
192
Ceci

T A V O L A

Ceci sono di tre forti, & quali siano.
140
Ceci vtili, & danno che portano.
140. 141
Ceci come s'hanno da mangiar.
140
Ceci quali sono più vtili.
141
Cedro, & sue qualità bone, & cattiuo.
134
Cedro, & sua polpa, quando s'ha da mangiare.
134
Cedro non era in vso anticamente, & il danno che porta.
389
Cedro, quando si deue mangiare.
134
Cefalione, che cosa sia, & sue facultà.
116
Cefalo pesce qual è buono, & qual cattiuo.
152
Cefalo, & suo grasso nemico all'huomo.
152
Cena, quando deue esser sobria.
311
Cenar bene non si può quando non si pransa.
315
Cena s'ha da esser più che'l pranzo.
323
Cena copiosa a quali gioua più.
324
Centuria vino di Corsica.
88
Cefano, & suo vino.
78
Cerafe sono di tre forti, & quali.
122. 386
Certezza delli cibi si caua dal senso.
149
Ceruello qual è cattiuo, & manco cattiuo.
180. 375
Ceru, & qualità della sua carne.
173
Ceru perche è peggior l'estate.
173
Ceru, & suoi effetti cattiuo.
174
Cianea pietra come noccia, & gioui.
224
Cibo quanta parte si conuertè in nutrimento.
360
Cibi sodi, & duri, & quali siano buoni.
318
Cibi sodi si deuno mangiar dopò li medicinali.
128
Cibo si può dar anco sette volte il giorno.
230
Cibo qual si deue dar all'amalato debile.
230
Cibi insultri offendono se bene sono buoni.
233
Cibi leggieri conuengono alla fiacchezza.
234
Cibi sodi, & duri quando conuengono.
250
Cibi grassi giouano per far smagrire.
254
Cibo quando s'ha da pigliar dopò l'effercitio.
256
Cibo quando ha da esser semplice, & scar-

so.
256
Cibo è prima corrotto, che cotto, & come.
279
Cibo come è cotto, & come è corrotto.
279
Cibi, che non s'efficcano quali sono.
284
Cibo putrefatto nello stomaco ciò che operi.
331
Cibi di più sorte, quando si possono mangiare.
351
Cibo d'inuerno deue esser fodo, & come.
351
Cibi secondo alcuni si voltano sottosopra nel ventricolo, quando si cuociono, & come.
410
Cibi come deuno essere per lubricar il ventre.
361
Cibi friabili con li viscosi lubricano il ventre.
362
Cibi quali stitticano, & lubricano il ventre.
364
Cibi domestici lubricano più, che li seluaggi.
364
Cibi fritti quanto danno portano.
369
Cibi flatuosi stringono il ventre.
370
Cibi che facilmente si cuociono lubricano.
374
Cibi non si voltano sottosopra nello stomaco.
410
Cibi quali prima escono dallo stomaco, & come.
410
Cibi nello stomaco non si mouono come fa la carne nella pignatta.
410
Cibi per li vecchi s'hanno a cocer con acqua.
286
Cibi cotti con acqua si fanno molli, col vino duri.
286
Cibi deuno essere d'animali giouini.
289
Cibi duri, & molli, & noui qual danno, & utile portano.
290
Cibi lenti, & grassi sono cattiuo a i vecchi.
292
Cibi insipidi sono più sani, che li salati.
292
Cibo aiuta l'effercitio, & l'effercitio, il cibo.
294
Cibi deboli fanno la vita breue.
318
Cibi come hanno da esser non facendo effercitio.
314
Cibi facili da cuocere sono migliori, che li difficili.
316

T A V O L A

Cibo duro corrotto fa la putredine maggiore.	317	Cisterne, & loro acque vicine a questo mare.	37
Cibo humido, & sue vtilità.	317	Cisterne, & loro acque di Roma di qual forte siano.	37
Cibi duri come presto si cuochino, & humidi, & molli si corrompino.	317	Cisterne buone quali siano, & loro acque.	37
Cibo quando occupa poco luogo.	327	Clistero come va fatto per l'ultimo rimedio nella gran fiacchezza.	236
Cibi di Roma sono molli, & risolubili.	7	Clistero come sanò vna donna mezo morta.	236
Cibi in Roma si alterano di maggior humidità che prima non haueuano.	7	Clisteri, & medicamenti forte sono pericolosi.	409
Cibi nati a Roma sono di minor nutrimento, che quelli nati altroue.	57	Clisteri boni per lubricar il ventre.	409
Cibi, & vini portati di fuori, sono come se fossero nati a Roma.	57	Cocumero, & sue qualità.	127
Cibo s'indura dal vino nel vetricolo.	58. 59	Cognitione de' luoghi, come si deue hauere.	57
Cibi cascano in se stessi fuor, che il pane, & come.	144	Coito smisurato qual danno porti, & quando s'ha da vsar.	239. 242
Cibi humidì come sono migliori delli fecchi.	175	Coito quando par vtile, se bene è di danno.	243
Cibi di Roma danno augumento, ma non nutrimento.	206	Coito quando s'ha da lassar, & perche.	273. 341
Cibo corrotto non può nutrir.	244	Coito quato gioui vsato come si deue.	274
Cibo se deue esser liquido, ò sodo nella piezza di testa, & quante volte s'ha da prender.	212	Coito quando s'ha da incominciar a lassar.	274
Cibi insoliti causano doi disordini.	230	Coito quando è & non è di danno a i vecchi.	293
Cibi insoliti quando s'hanno da dar.	231	Coito come si lassì.	340
Cibi quando fanno l'officio di medicamento.	231	Coito quando è breue, & quando è longo, & come tale si fa.	341
Cibi in quante hore si cuociono.	261	Coito di qual hora, & tempo si può vsare.	342
Cibi fatti di farina, & suo danno.	290	Coito come si conofce esser sano.	342
Cibo perche si pigli più del bisogno.	330	Coito può humettare, ma non lubricar il ventre.	406
Chirurgi, & loro errore in Roma.	7	Colcarsi può vno da qual lato li piace.	327
Chilo per qual via passa dal fegato.	328	Colombi sono domestici, & seluaggi.	176
Chiarello vino.	87	Colombi, & sue qualità.	176
Cicerchia, & sue qualità.	141	Colombi qual vrile, & dāno portino.	176
Cicerbità, & sue qualità, & virtù.	103	Colombi quando sono migliori.	176
Cicoria è di molte sorti, & sue qualità.	103	Colombi, come s'hanno da cuocere.	176
Cicoria bianca, & suo biasmo.	103	Condrilla, & sue facultà.	384
Cinnamomo, & sue qualità.	392	Cōfettioni diuerse quando sono buone.	340
Cinnamomo come moue l'orina, & stringe il ventre.	393	Consuetudine, che non noce s'ha da seruuar.	280
Cinque Terre, & Razzeso vini Genoesi.	88	Consuetudine, quando s'ha da seruuar nel cibari l'infermo.	229
Cipolla, & sua qualità.	113	Consumato buono come si faccia.	234
Cipolla perche non nutrisce.	113	Consumar non può il sole l'humido copioso	
Cipolla perche non è bona a i deboli, ma più presto a robusti.	113		
Cipolla cruda, & cotta qual vril porti.	114		
Cirafa domestica, & sue qualità.	122		
Cirafa seluaggia è l'arbutto, & sue qualità.	133		

T A V O L A

piofo di Roma, & perche.	31	mente riceuono l'aria, & perche.	8
Conuersatione con gli amici quanto giouii.	259	Corruttione del cibo, è differente dall'altra.	232
Contener da quali cose si deue l'huomo.	272	Corrottione de corpi come si faccia.	8.9
Contraria alla sanità è l'aria di Roma.	7	Corrottione delle acque perche seguiti.	48
Concottione, come si può dir putrefattione.	239	Cose che nutriscono presto s'infracidiscono.	9
Contadini perche sono sani con il pane solo.	146	Cose che si mangiano da quante cose si pigliano.	92
Corgnoli, & sue qualità.	132. 388	Cose sicure come si mettono in pericolo.	218
Coruo pesce, & come è simile al capone.	152. 153	Cose noue fanno scordar le passate.	291
Coriandro come moue il ventre.	383	Cotogno come prouochi l'orina.	131
Coriandro vil, & danno che porta.	138	Cotogni, & sue qualità.	131
Coriandro conferua la carne, che non si corrompa.	138	Cotogni perche, & come fermino il ventre.	131
Coriandro, & sue facultà.	383	Cotogni con l'odore resistono al veneno.	131
Coriandro secco, non nutrisce.	138	Cotogni dopò pasto non possono mouer il corpo.	131
Coriandro secco, è più condimento di cibo, che altra cosa.	139	Cotogno, come conferisce allo stomaco.	131
Corpi in Roma pche si smagriscono.	340	Cotogni, & suoi mirabili effetti.	131
Corpi s'alterano più dall'aria, che d'ogn'altra cosa.	5	Cotogni dopò, e vltimo beuer ciò che fa.	131
Corpi in qual modo si corrompono.	9	Cotogno, & suo succo prouoca l'orina, & come.	131
Corpi perche non tollerano copiosa euacuatione.	9	Cotogno come fa ostruttione, & come se gli prouede.	137
Corpi se stringono dalle cose, che gli offendono.	97	Cotto, & spesso tramutato il vino Romanesco, perche dura più longo tempo.	68
Corpo tutto s'empie dall'aere, & viuer copioso.	202	Cotiche, & sue qualità.	181
Corpo facilmente s'empie di vento.	210	Coturnice volgar è miglior della parnice.	177
Corpi cercano la sua perfettione.	261	Crabra acqua cioè la Murana.	35
Corpo nostro, è simile ad'un fiume, & come.	273	Crapola è sanata dal cauolo.	96
Corpo tira a se il succo delli frutti più, & meno.	411	Crapola, coito, & embriachezza sono di danno a i vecchi, & perche.	265
Corpo come s'humetti.	275	Credito grande hanno alcuni medicamenti.	223
Corpi s'essiccano da gli escrementi ritenuti.	277	Creste, & sotto creste, & sue qualità.	179
Corpi sodi patiscono gran fame.	322	Cremesino, & perle come giouino.	224
Corpo nel sonno di dentro è caldo, di fuori è freddo.	329	Crisomele precochie, & armeniache, & loro qualità.	124
Corneto pesce è simile al pesce capra.	151	Crudità come s'euacuaano.	211
Coruo pesce, & sue qualità.	151	Crudità di come si radunino.	23
Coruttione in noi come dir si possa, ò putrefattione, ò corruttione.	239	Crudità quello, che sij, & onde nasca.	204
Corruttione d'humori come si faccia, & quel che segue.	243	Crudità, che ha da venir, come si conofce.	207
Corrutibili sono quelli corpi, li quali facil			

T A V O L A

Tuore, & sue qualità. 182
Cura de' mali di Roma è di due forti, & quale sia. 209

D

D Attili, & sue qualità. 389
D eboli sono quelli, che mangiano, & beuono poco. 339
Declinatione dell'età, quando comincia. 273
Dentale, sue qualità qual parte è migliore. 153
Diagora Rodioto come mori d'allegrezza. 345
Dioscoride ciò che dice del Rafano. 115
Dioscoride ciò che dice del cauolo. 97
Dioscoride non ha scritto de' piselli. 141
Dir quando si deue il suo male all'inferno, & come. 220
Disenterie onde nascano. 25. 28
Digiuo qual non può star. 218
Domestici animali hanno la carne humida. 168
Domestici, & seluaggi sono li colōbi. 176
Domestici colombi quali sono più sani. 176
Domestici colombi qual vtil portino. 176
Domestici colombi come s'hanno a cuocer. 176
Domestici colombi quali sono migliori. 176
Donne quando partoriscono inanti il tempo. 21
Donne quando si sconciano, & per qual causa. 24. 260
Donne grauide perche patiscono. 260
Donna subito morta per paura. 343
Dormir perche siamo sforzati. 324
Dormir inanti pasto quando è vtile. 247
Dormir deuono li grassi ne i letti duri. 255
Dormir quando si può di giorno. 256
Dormir di nouo quando si deue la mattina. 307
Dormir quādo si può di giorno, & di qual hora, & come. 325. 326
Dormir dopò il cibo a quali è lecito. 327
Dormir allo scoperto quando è lecito. 328

Dormir troppo, qual danno porti. 329
Dormir si può la primauera, sino al leuar del sole. 352
Dormir come si può dopò pranzo. 356
Dormir non si deue dopò pranzo d'Autunno. 357
Dormir troppo di giorno quando è cattiuo. 211
Dormir qual danno porti. 221
Dragoncolo, & come si chiama. 104
Dragoncolo è grato al gusto. 104
Diapartenion maggiore, & minore. 415

E

E lba, vino dell'Isola Elba. 88
Elettuario di mertorella, come si fa, & si piglia. 415
Elettuario Alessandrino come si fa, & quāto se ne piglia. 414
Elettuario diapartenion. 415
Elettuario di Polipodio. 415
Elettuario di Sena. 415
Embriachezza nuoce alli vecchi. 265. 290
Endiua bianca perde la sua virtù. 103
Epiglotide, che cosa sia. 249
Epitemi, quali, quando, & come conuen-gono. 235
Errore de chirurghi in Roma. 7
Error d'alcuni sopra'l gran caldo dell'estate, & gran freddo dell'inuernata. 15
Error d'alcuni Medici, che danno l'acqua della fontana di Treui nei calculi. 38
Error di quelli, che beuono il vino con poca acqua, ò puro. 58
Error de' Medici moderni circa l'orzata prima, & seconda. 143
Error de' Medici circa le Tartaruche. 167
Error di metter l'Epitime calde. 235
Error d'alcuni nel curar lo stomaco. 246
Error d'alcuni circa il bruscior di stomaco de' vecchi. 281
Error d'alcuni circa il pigliar cibi difficili da cuocere, perche non si putrefaccino. 284
Errori sempre s'hanno a fuggire, & perche. 296
Errori quando si scuoprono. 296
Errori de Medici antichi. 297
Errori che fa l'huomo per li sapori. 321
Escre-

T A V O L A

Escrementi perche escono la mattina. 328. 402
Escrementi come si fermano nel corpo la notte. 403
Escrementi del ventre come siano bianchi. 250
Escrementi, ritenuti efficcano il corpo. 277
Escrementi noui tardano la ficità nei vecchi. 278. 279
Escrementi naturali s'euacuoano nella vigilia. 328
Escrementi sono più in quelli, che non fanno esercizio. 339
Escrementi del corpo come si cauino. 360
Escrementi deuono essere manco nell'augumento. 360
Escrementi quando hanno da esser copiosi. 360
Escrementi del ventre come escono. 405
Esercizio quando ha da esser poco. 245. 253
Esercizio fa le carni rare. 249
Esercizio di voce gioua dopò il pasto. 249
Esercizio salendo monti quanto gioua. 254. 306
Esercizio quando è d'vtile. 256
Esercizio per luoghi ameni quanto gioua. 259
Esercizio molto, quando non s'ha da fare. 267
Esercizio proibito a i vecchi. 276
Esercizio è poco vtile a giouani. 276
Esercizio non è per augumento. 276. 278
Esercizio è di due forti, & come. 279. 305
Esercizio ne i vecchi come si ha da fare. 294
Esercizio aiuta il cibo, & il cibo l'esercizio. 294
Esercizio, & suo fine. 305
Esercizio perche è necessario a Roma. 306
Esercizio, che hora è in vso non può cacciar gli humori crudi alla pelle. 307
Esercizio quando non s'ha da far inanzi l'hauer il beneficio del corpo. 307
Esercizio consuma la grassa, & non la carne. 307

Esercizio stracca più fatto nei luoghi piani, che disuguali. 307
Esercizio, & sue differenze. 308
Esercizio quali membri stracca più. 308
Esercizio d'inuerno, & d'estate. 309
Esercizio dopò il cibo quanto nuoce. 310
Esercizio come scorti, & slonghi la vita. 311
Esercizio si può far senza mouersi. 311
Esercizio di quante forti. 312
Esercizio a quali non è dibisogno. 314
Esercizio come non è causa di fame. 316
Esercizio è vtile, ma è di danno quando fa gran freddo, & gran caldo, & vento. 351
Esercizio l'estate, deue essere la mattina, & quando si può far la sera. 355
Esercizio non s'ha da far dopò cena. 356
Esercizio della sera come muoue il corpo. 402
Esercizio gagliardo dopò il pasto, stringe il ventre, & perche. 404
Espulsione non si fa di notte. 323
Espulsione del mucco come si faccia. 33
L'Estate di qual hora sia calda la strada, che va da Castello a S. Pietro. 6
L'Estate le pioggie di mezzo giorno sono fredde d'inuerno tepide, & perche. 17
L'Estate nel fine è più calda che nel mezzo, & perche. 15
L'Estate come l'acque siano fredde, & d'inuerno calde. 51
L'Estate quando s'hanno a beuer vini potenti. 269
L'Estate come si passi nell'Autunno. 357
L'Estate perche fa tātō caldo il mezzo giorno a Roma. 7
L'Estate, & il verno quante hore è il giorno. 15
L'Estate troppo calda non può esser salubre. 15
L'Estate calda è mal sana a Roma, & perche. 31
L'Estate Aquilonare, & secca è sana. 32
L'Estate cresce la sete, & scema la fame. 354
L'Estate le carni vanno bollite. 354

TAVOLA

F

Fagiano, & sua timidità. 177
 Fagiano è miglior di tutti gli uccelli. 177
 Fagiano qual danno porri. 178
 Fagioli, vtil, & danno, che portano. 141
 Falerno vino. 82
 Falonio loco dou'era la villa di Lucullo. 39
 Falsamico vino. 87
 Fame, & sete cessa nel spirar dello Austru. 7
 Fame quando non si può comportar. 244
 Fame molta qual danno porta al vecchio. 272
 Fame quando non si deue patir. 315
 Fame è nei corpi sodi, più che sete. 322
 Fame bastarda qual sia. 331
 Fame onde nasca. 294. 312. 340
 Farro, che cosa fosse anticamente. 142
 Farro qual hora sia il migliore. 142
 Farro come si cuoce bene. 143
 Farro come lascia la viscosità. 143
 Farro d'orzo lubrica il corpo. 368
 Farina di faua a qual male è vtile. 140
 Farine, & suo effetto. 368
 Far ciò ch'è deue quello che viene a Roma per le poste. 253
 Far ciò che deuno li forastieri, che vogliono partire. 253
 Fatica, & otio, & suo effetto. 408
 Fauci quando s'infiammino. 23
 Faua, vtil, & danno che porta. 140
 Febri qual regnassero anticamente, & regnino hora. 200
 Fegato del pesce porco. 161
 Fegato Grugno, & mamelle delle Bufale. 170. 171
 Fegati quali siano migliori, & sue qualità. 182. 375
 Fegato, & milza gonfiano per il mele. 189
 Fegato non patisce più de gl'altri membri. 203
 Fegato non può patire ostruzione da pie nezza. 204
 Fegato ogni notte caccia da se ogni humore. 204
 Fegato ha le vene più strette nel profon-

do, & più larghe nell'estremo. 204
 Fegato s'indura per la beuāda fredda. 319
 Fegato ha il suo sonno appropriato. 327
 Fegato qual beneficio porta all'huomo. 327
 Fegato d'oca, di gallina, & di cappone. 375
 Fegato in qual età patisce ostruzione. 333
 Ferite di testa, quando patiscono danno. 299
 Fetore, sapor, & odore come sia nell'acqua medicinale. 47
 Fichi si fanno molli nell'acqua, nel vino duri. 58. 122
 Fichi perche scaldano, & molti suoi effetti. 125. 387
 Fichi primi sono mal sani, & perche. 125
 Fichi d'Agosto, quādo sono mal sani. 125
 Fichi secchi, & suoi effetti. 125
 Finocchio seluaggio, & sue qualità. 105
 Flati come possono scaldar l'acque. 46
 Flati come si generano, & si risoluono dall'aglio. 114
 Flato come si risolua dall'aniso. 136
 Fontane noue di Roma, come possono far danno. 9
 Fontane perche l'estate sono fredde, & l'inuernata calde. 39
 Fontana di Treui. 35
 Fonte dell'acqua crabra, cioè la Marana. 35
 Fontana di S. Giorgio. 35
 Fontana di S. Gio: alla Marmorata. 35
 Fontana di S. Paolo. 35
 Fontane di Roma per opra di Papa Pio iij. V. & Gregorio xij. 38
 Fontana di S. Spirito doue nasca. 35. 41
 Fontana di Treui era l'acqua vergine, & suo effetto. 38
 Forti sono quelli, che s'ingrassano per dormir poco. 329
 Forti sono quelli, che hanno il ventre stitico. 360
 Francesi, Fiamenghi, & Alemanni, perche viuono poco tempo. 317
 Frascati, & suo vino. 75
 Francesi vini. 79. 89
 Fraghe, che cosa siano. 123
 Fraghe non intese da gli antichi. 123
 Fraghe si mangiano con il vino, e perche. 123

Fraghe

TAVOLA

Fraghe apportano vtile, & danno. 123
 Frauolino, & sue buone qualità. 153
 Frauolino nel crescere si muta in dentale. 153
 Frauolino, quando è migliore. 153
 Frauolino con tre conditioni, che lo fanno bono. 153
 Frauolino come s'acconci, & quando sia buono. 153
 Fregagioni ne i vecchi, come hanno da essere. 282
 Fregagioni fanno l'officio dell'esercizio. 294
 Fresche carni danno più forza, che le frolli. 169
 Frittura qual sia, & di quali pesci si compona. 156
 Fritelle, & suo effetto. 369
 Frumento presto si corrompe dall'aria. 8
 Frumento nutrisce manco, che la carne. 144
 Frutti come si diuidono. 118
 Frutti horarij, & non horarij quali siano. 118
 Frutti horarij, & suoi effetti. 119
 Frutti horarij si deuno mangiate con pane. 410
 Frutti horarij, perche si vomitano dopò il cibo. 119
 Frutti horarij, perche si corrompono. 119
 Frutti horarij, quando s'hanno da cogliere. 120
 Frutti horarij nõ si deuno metter nell'acqua fresca. 120
 Frutti horarij non si mangino nella gran sete. 354
 Frutti, quando se ne mangia troppo. 120
 Frutti, & sua quantità come si misuri. 120
 Frutti a quali, & perche siano di danno. 120
 Frutti horarij, perche si mangiano inanti cibo. 121
 Frutti, perche si proibiscono. 121
 Frutti quando non portano danno. 121
 Frutti s'hanno a pigliar con il pane inanti cibo. 121. 385
 Frutti come deuno essere, per lubricar il ventre. 361
 Frutti come si deuno concedere. 121
 Frutti, quando si pigliano senza danno. 121. 385

Frutti horarij presi dopò il cibo, perche nuociono. 411
 Frutti horarij, quando si possono mangiare dopò il cibo. 121
 Frutti astringenti se lubricano il ventre pre si dopò pasto. 388
 Frutti horarij come lubricano il ventre. 386
 Frutti, quando sono tirati dalli membri. 120. 411
 Frutti horarij presi a digiuno se tirano più. 121
 Frutti horarij non si possono superar dalla natura. 385
 Frutti per nutrir non sono boni. 385
 Frutti horarij come non nuociono presi dopò il cibo. 411
 Frutto del rouo, & sue qualità. 386
 Frutto della palma, & sue qualità. 389
 Fuoco non può esser causa del calor dell'acqua. 47

G

Galeno quello che dice de' mali nuouamente trouati. 238
 Galeno non ha scritto delli Garofani. 194
 Galeno come biasma le cose salate. 349
 Gallina, & pollastro, & sua carne buona. 175
 Gallina come si deue mangiare. 175
 Gallina d'india come si chiama. 175
 Gallo, & sue qualità. 175
 Gallina seluaggia, a qual è simile. 177
 Galanga non è stata scritta da gli antichi, & suoi effetti. 194
 Gambari di mare, & di terra, come siano differenti, & sue qualità. 165
 Gambarelli marini, & sue qualità. 165
 Garofani, & sue qualità, & effetti. 194
 Garofani di qual tempo sono più stimati, & sue qualità. 194
 Genezano, & suo vino. 79
 Genoesi vini. 88
 Genoa, perche non ha cattiuo aere. 302
 Germani, Francesi, & Fiamenghi, perche sono di corta vita. 317
 Germoglio della brionia, come prouoca l'orina, ma non il ventre. 385
 Ghiro non era in vso anticamente. 174
 Ghiro

T A V O L A

Ghiro hora è molto stimato, & perche. 174
 Giorgio trapezontio ciò che dice del vino per li turchi. 203
 Giorni sereni quando sono suauissimi 304
 Giorni pluuiosi quando sono boni. 304
 Ginepro frutto, & pianta, & sue qualità. 135
 Giovani quando s'hanno da cauar sangue. 269
 Giovani hanno manco dibisogno d'essercitio de' vecchi, & perche. 278
 Giovani si fanno agili dopò pasto, & perche. 281
 Gioiane innamorata, come morì subito. 346
 Giugiole dannose, & vtili. 135
 Giuliano, & suo vino. 79
 Glandole, & mammelle, quando danno buono nutrimento. 180
 Gobio pesce sua grandezza, & bontà. 156
 Gonella Bufone, come morì subito. 346
 Governar vno come si deue quando è venuto. 209. 300
 Granati pomi sue qualità, & effetti. 132
 Granci quando sono migliori. 165
 Grauezza di testa, quando si patisce. 20
 Grassa si consuma dall'essercitio, & non la carne. 307
 Grassi quando sentono vtile dall'essercitio. 310
 Grassi pochi si fanno nell'otio. 314
 Grasso d'Anguilla, & del cefalo, è nemico all'huomo. 152. 159
 Grassa, & suo effetto buono, & cattiuo. 183
 Grassi deuno vfar cibi secchi. 254
 Grassi deuno sudare, & far essercitio in fretta. 254
 Grassi come hanno da beuere, & non mangiare. 254
 Graudezza, & parto come sono felici. 260
 Graude deuno lassar li trauagli dell'animo nel primo, & secondo mese. 260
 Graude perche sono pigre, & graui. 260
 Graude quando, & come deuno far essercitio. 260
 Graude nell'ottauo mese deuno lassarl'essercitio. 260
 Graude nel nono mese deuno far essercitio. 260

Graude perche si s'fconciano nell'ottauo mese. 260. 262
 Graude nel nono mese sono più forti, che nell'ottauo. 262. 263
 Graude perche sono più a Roma, che altrove. 263
 Greci erano gran beuitori. 217
 Greco, Borea, & Aquilone secondo alcuni sono vna cosa medesima. 10
 Greco leuante percuote il Palazzo del Papa, & non la tramontana. 14
 Greco di somma doue nasce, & sue qualità. 80
 Greco di somma a quali non conuenga. 81
 Greco di somma se è il Greco de gli antichi. 81
 Greco de gli antichi era di due forti. 80. 82
 Greco de gli antichi doue nasceua. 82
 Greco di Resina, di Santo Anastasio, Ottauiano di Torre, & di Paulilippo. 84
 Greco d'Ischia, & sue qualità. 85
 Grisolo vino. 87
 Grue, & sue qualità. 176
 Grugno del porco seluaggio. 173
 Grugno di porco è miglior delle orecchie. 181

H

Habitanti sotto il Campidoglio perche sono più sani. 5
 Habitar deuno li luochi alti li magri, che desiderano d'ingrassarsi. 8
 Helleboro bianco, come, & quando gioua. 225. 226
 Herbe quando s'hanno da mangiare. 217
 Herba stella come si chiama, & sue qualità. 104
 Herbe tutte sono di cattiuo nutrimento. 93
 Herbe quali sono buone d'inuerno. 351
 Herbe quando s'hanno da mangiare. 334. 335
 Herbe che lubricano il ventre, & che mouono l'orina. 364
 Hipocrate ciò che dice del cauolo. 95. 97
 Hipocrate ciò che dice del biedone. 100
 Hipocrate, & Galeno ciò che dicono della saua. 140
 Hippocrate vuol che si faccia, se non vn pasto

T A V O L A

pasto al giorno, & quando secondo lui se ne può far doi. 350
 Hippocrate ciò che scriue de' noui mali. 237
 Horraccio, & Borgo sono più pericolosi d'altri luochi di Roma. 27
 Horatio Nari nobil Romano suo male, & morte. 56
 L'huomo patisce assai dal troppo caldo, & dal troppo freddo. 15
 L'huomo da qual cause si può smagrar. 55
 L'huomo come si preferui per mangiar fonghi. 136
 L'huomo quando cresce nascostamente. 274
 L'huomo nel vestirsi quello che ha da fare. 301
 L'huomo perche piglia più cibo del bisogno. 330
 Humidità de' Prati è efficcata dal vèto Greco leuante, & come. 14
 Humori come si corrompino, & ciò che segue. 243
 Humido naturale quanto dura. 275
 Humidità nel corpo come si metta. 275

I

Infermità quando sono di buon giudicio. 18
 Infermi sono più se l'estate non pioua, & la causa perche. 20
 Infermità quando saranno, ò poche, ò nissime. 27
 Infermità di Roma hanno tre cause, & quali sono. 201
 Infermi quando s'hanno d'abandonar. 236
 Inimicitia sia qual tra'l cibo freddo, & lo stomaco. 410
 Insalata la sera quanto vtil porti. 94
 Intestini, ventricoli, & matrici, & sue qualità. 183
 Intestini, & ventricolo fatti per ritener, & non per cacciar fuori. 205
 Intestini di più forte, & sue qualità. 375
 Isola di S. Tomaso doue sono li porci più sani, che ogn'altra carne, & perche. 172

Irreritia come si faccia senza ostruttione. 244
 Iulianello, & suo vino. 78

L

Lacrima vino. 85
 Laccia come si chiama. 154
 Laccia che nasce nel mare è cattiuo. 154
 Laccia che entra nel Teuere, perche si fa buona. 154
 Laccia è copiosa de spine. 154
 Laccia quando si prende. 154
 Lampreda perche se è grande è più cara della piccola. 159
 Lampreda qual è buona, e cattiuo, & perche. 159
 Lampreda come si cuocia. 159
 Lapatio, & il suo seme stringe. 383. 384
 Latino vino. 80. 85
 Latini, & loro opinione intorno al farro. 142
 Latte qual ha il primo luoco in bōta, qual il secondo, & qual il terzo. 185
 Latte di qual tempo è migliore. 185
 Latte vecchio si fa grosso. 185
 Latte quando è più in vso. 185
 Latte premuto come non è mal sano. 185
 Latte, & suoi cattiuu effetti. 185
 Latte con che si deue pigliare. 185
 Latte in qual modo non può far danno a fanciulli, se bene è dolce. 191
 Latte, & latticinij a quali conuengono. 270
 Latte, & oui come conuengono a vecchi, & a putti. 285
 Latte sue differenze, & qualità. 376
 Latte preso inanti cibo non può esser di danno. 376
 Lattuca empie la testa. 97
 Lattuca si semina, & sue qualità, & virtù. 98
 Lattuca quando si deue mangiare senza la uarla. 99
 Lattuca qual danno porta, & come. 99
 Lattuca è pericolosa a vecchi, & come. 295
 Lattuca, & sue facultà. 382

T A V O L A

Legno del ginepro amazza gli huomini. 135
 Legumi, che s'vfanò à Roma quali sono, & sue qualità. 140
 Leggero è più vno dopò il buon pane, che per altri cibi, & perche. 144
 Lenti, & cauli debilitano la vista. 96
 Lentor assai non può dar buon nutrimento. 169
 Lenguata pesce, & solea, & sue qualità, & di qual tempo è miglior. 163
 Lenguata pesce come si cuoce. 163
 Lenitiui rimedij se si deuono pigliar dopò il cibo, ò inanti. 409
 Lenitiui rimedij come euacuano bene. 411
 Lenticchia, vtile, & danno che porta. 141
 Lenticchia come si conosce la migliore. 142
 Lenticchia di qual tempo è migliore. 142
 Lenticchia, & sue qualità. 142. 371
 Leone pesce, che sia. 165
 Lepre marino è venenoso all'huomo, & è mangiato dalla triglia. 154
 Lepre, & sue qualità. 374
 A Letto si deue andar più tardi, che si può. 327
 Leuiria pesce, che sia. 163
 Libeccio cioè garbino, & Austro vengono da mezo giotno. 10
 Limone suo succo, & virtù. 174
 Lingua, & sue qualità. 181
 Lingua, & testicoli d'oca, & sue virtù. 176
 Locusta. 165. 378
 Lontananza, & vicinanza del sole, & suo effetto. 17
 Luccio com'è sano, & perche. 160
 Luccio non è buono a Roma. 160
 Lucullo, & sua villa dou'era. 39
 Luoghi marittimi quali sono cattiui. 301
 Lumache a quali sono bone. 166
 Lumache qual dāno, & vtil portano. 166. 378
 Luna, & suoi raggi, quando sono cattiui. 300
 Luoghi piani in Roma, qual aria habbiano. 6
 Luoghi più pericolosi di patir mali per li venti meridiani. 13

Luoghi varij liberano vno da fastidij. 291
 Luoghi marittimi, quando sono humidij. 302
 Luoghi più sani l'inuerno, & l'estate. 304
 Lupini, & sue qualità, & come s'acconciono. 371

M

Macerone stringe il ventre. 384
 Macarello, cioè scombro, quando è buon, & quanto cresca. 155
 Maestro vento onde vega, & suoi effetti. 14
 Macis, & sue qualità. 392
 Magnaguerra vino. 86
 Magri quando sentono danno dall'esercizio. 310
 Mali che possono nascere dalle cantine piene d'acqua. 9
 Mal di pietra si patisce poco a Roma. 201
 Mali non proprij a Roma, communi a tutti, quali sono. 237
 Mali nouamente trouati, quali sono. 238
 Mal francese è mal nuouo. 238
 Mamelle, & glandole, & loro qualità. 180
 Mamelle perche sono magre nel nono mese. 263
 Mali di tre forti che vengono spesso a Roma, & quali sono. 200
 Mali delle donne inanti, & dopò il parto. 260
 Mali che cascano di Marzo. 352
 Malua anticamente come si feminaua. 112
 Malua non è più in vso. 113
 Malua, come gioui. 113
 Mandole, loro qualità, & effetti. 390
 Mandole verdi, & secche, dolci, & amare. 137. 400
 Manna, & sua virtù, & come si piglia. 415
 Mangiatori grandi ciò che hanno da fare. 330
 Mangiar si deue due volte il giorno. 229. 290. 350. 404. 405
 Mangiar, quando si deue più forti di cibi. 351
 Mangiar assai fa viuer longo tempo, & come. 334
 Mangiar

T A V O L A

Mangiar assai fa orinar spesso, & come. 339
 Mangiar si deue assai a Roma. 318. 320
 Mangiar nè beuere si deue uscendo del bagno. 313
 Mangiar quando non si deue la mattina. 257
 Mangiar si deue poco la Quaresima, & perche. 267
 Mangiatori grandi deuono beuer acqua. 273. 320. 330
 Mangiando spesso vno tardi s'inuecchia. 316
 Mangiatori d'altro, che di carne deuono fare esercizio, & beuer vini leggeri. 270
 Mangiar non si deue vna volta il giorno. 404
 Mangiar troppo come nuoce quando il corpo più non cresce. 273
 Mangiar quando si deue dopò l'esercizio. 310
 Mangiar come si deue più spesso, che raro. 316
 Mangiar perche suole l'huomo troppo. 359
 Mani perche s'essicchino. 25. 316
 Martini pescatore pesce, & sue qualità. 162
 Marino, & suo vino. 77
 Marmo si consuma dall'acqua, & il tofo cresce, & come. 56
 Marzapane come si fa. 189
 Marzapane perche si da a conualescenti. 189
 Marzapane non ristora. 189
 Marzapane, & suoi cattiui effetti, & perche. 190
 Marzapane fatto con pignoli è migliore. 191
 Matrici, ventre, & intestini, & sue qualità. 183
 Matrone Romane morte subito, & come. 345
 Mattina è più fredda a Roma l'estate, che la sera, & perche. 4
 Mattina d'inuerno, & la sera d'estate fa maggior freddo, e come. 4
 Mattina il vento è più nociuo, che la sera. 14
 Maura vino. 87
 Mazzacane vino, perche fa dolor di testa. 85

Meati deuono star aperti. 275
 Meati aperti rendono l'huomo più sano. 8
 Medicina curatiua, & preferatiua qual sia. 210
 Medici antichi scriueuano a complacencia de' Signori, & loro errore. 297
 Medicamenti solutiui, quando s'hanno da vfar nella pienezza di testa. 212
 Medicamento solutiuo, quando è di danno. 213
 Medicamenti opiatj, come s'hanno a vfare. 223
 Melissa, & sue qualità. 103
 Melissa fa gli effetti cōtrarij al cauolo. 104
 Melancolia d'animo come si curi da medicamenti. 225
 Mele, & sue qualità, & qual è migliore. 188. 398
 Mele a quali è vtile, & di danno. 188
 Mele nutrice più che'l vino. 188
 Mele secòdo Hippocrate non s'ha da cuocere. 188
 Mele cotto genera flatj. 188
 Mele fa gonfiar il fegato, & la milza. 189
 Mele perche è tirato dalli membri, & perche fatolla. 189
 Mele, & oglio non si cuociono insieme. 368
 Mele rosato solutiuo come s'vfa. 416
 Melegiano, & sue qualità. 134
 Meloni, che cosa fossero anticamente. 127
 Meloni come si conoscono li migliori. 127
 Meloni qual danno portano. 128
 Meloni perche smorzano il desiderio del coito, & causano febre. 128
 Meloni duri sono migliori. 128
 Meloni se ne deue mangiar poco. 128
 Meloni come s'hanno da mangiare. 387
 Membri tirano a se presto il nutrimento. 327
 Membri dati per riponer il cibo, & gli escrementi. 329
 Membri, a quali penetri prima l'aria. 31
 Membri interni, come si purghino. 282
 Membri, che si straccano più, quali sono. 308
 Menta, & sue facultà. 109. 384
 Menola cioè bocca, & sue qualità, & come

T A V O L A

me si cuoce, & si conferua. 156
 Mercorella come nuoce, & stringe. 384
 Meretrici quali fanno figliuoli, & quali non ne fanno, & perche. 263
 Meridiano vento, & suoi effetti passando per la libia. 11
 Merluzzo, quando sta nascosto giorni sefanta, & perche hora non è stimato. 155
 Mesi sei vanno a purgar l'acqua del Teuer. 41
 Midolla spinale è più dura del ceruello. 180
 Midolla de gli ossi è mào cattiu. 180. 375
 Milio, & sue qualità. 370
 Milza qual è buona, & qual è cattiu. 182
 Milza di porco non è di danno. 183
 Milza non è di fapor acerbo. 183
 Milza, & fegato gonfiano per il mele. 189
 Minerali acque perche sono acide, & perche hanno l'odor di solfo. 48
 Minerali acque fanno il chilo molto più grosso. 49
 Minerali acque prima s'intorbidano, & poi si corrompono. 49
 Minerali acque prima conturbate, & poi schiarite non più si corrompono. 49
 Minerali acque, & suo effetto. 53
 Minestre quali deuono essere per li deboli. 230
 Minestre liquide, ò brodi quando s'hanno a beuere. 245
 Minestre come deuono essere per lubricar il ventre. 361
 Misura di mangiar frutti. 120
 Mitridato, & tiriaca qual virtù habbiano, & quando s'hanno da vsar. 223
 Mocco come si caui fuori. 33
 Mongana vitella, & sue buone qualità. 170
 Montone, & sua carne. 171
 Monterano, & suo vino. 78
 Monte mauro vino. 86
 Mordente perche sia il vino piccante. 73
 Morir come può vno per mangiar molto pane. 145
 Morena pesce, & sue qualità. 158
 Morbo qual cosa è appresso questo Autore. 199
 More, & loro effetto, & qualità. 123. 386
 Morir, come può vno p suffocatione. 332

Morir come può l'huomo subito. 343. 344
 345. 346
 Mosto non ha odore. 63
 Mosto come leua qualche cosa dal corpo, & sue qualità. 90. 397
 Mostaccioli come si facciano, & perche si pigliano. 191
 Mostaccioli presi a digiuno debilitano lo stomaco, & à quali possono giouare. 191
 Moscatello vino, & di Tagia. 89
 Moscaroli peri quali fossero anticamente. 130
 Motto arguto di Cinea Ambasciator di Pirro Rè sopra il vino della Riccia. 77
 Motto delle parti interne, è simile al moto delle esterne. 280
 Moto dopò il cibo lubrica il ventre, & come. 364
 Mullo cioè triglia, & sue qualità. 154
 Muscioli, & sue qualità. 378
 Musica, & balli quanto giouino. 259
 Mutatione de' luoghi quanto gioui. 259
 Mutatione dell'acqua fu stimata più da gli antichi, che quella del vino, & d'altri cibi. 287
 Mutationi d'vn contrario in vn'altro sono sempre cattiu. 29

N

N Acare, & sue qualità. 378
 Napoli perche nò è cattiu aere. 302
 Natural calor si mantien dal settentrione. 10
 Nauone, & sue qualità, & specie. 115
 Nauone giallo è manco buono, che'l bianco. 115
 Nebbie si cacciano dal settentrione. 10
 a Nerui, & sensi noce il vino molto vecchio. 64
 Nespoli, & sue qualità. 132
 Nettunno, & suo vino. 75
 Neue nel vino quando si può vsare. 269
 Nissuno ha scritto la regola del viuer per quelli c'habitano a Roma. 2
 Nemi, & suo vino. 79
 Noce, & sue qualità, & effetti. 137. 389
 Noce verde è manco cattiu. 137
 Noce secca come si fa verde. 137
 Noce condita qual vtil porti. 137

Noci

T A V O L A

Noci pontiche, & nocchie sono le auellane. 138
 Noce muscata moue l'orina, & il corpo. 194. 392
 Noce muscata conosciuta prima da gli Arabi. 392
 Nome delli vini, che vengono da paesilon tani a Roma. 79. 80
 Notte è più atta al dormir, che'l giorno. 325
 Nutrimento quando non è riceuto dalli membri. 243
 Nutrimento tardi si distribusce ne i vecchi, & in poca quantità, & come. 280
 Nutrimento primo nostro è il dolce. 321
 Nutrimento perche è lento, & grosso. 92
 Nutrimento generato dalle herbe, come può esser vtile, & di danno. 93
 Nutrimento come deue essere nella grand'acchezza. 236
 Nutrirsi perche deue l'huomo due volte il giorno. 259. 315

O

O Ca è simile all'anetra, ma è più dura. 176
 Oca, & virtù de suoi testicoli, & lingua. 176
 Occhiata, quando è manco cattiu, & doue si troui. 154
 Occhiata, & ciò che sia. 162
 Occhi quali sono buoni, & perche. 181
 Occhi, & orecchie quando patiscono più. 299
 Odio, & colera come sono differenti. 348
 Odor, sapore, & fetore come sia nell'acqua medicinale. 47
 Odor di solfo perche è nelle acque minerali. 48
 Odor, & sapore nelle acque si fa dalla putredine. 50
 Odore non ha il vin dolce, & mosto. 63
 Odore del vino Romanesco qual sia. 67
 Odore dell'aglio come si cacci. 101
 Odori graui sono cattiu nella fiacchezza seconda, & quali odori conuegono. 228
 Odori, & epitemi quando, & come conuegono. 235
 Oliue non si cuoceno facilmente. 133
 Oliue come siano vtili allo stomaco. 133
 Oliue, & sue qualità, & effetto. 133

Oliue come mouono il ventre. 389
 Olio, & mele nò si cuociono insieme. 368
 Ombra, & freddo humettano il corpo. 406
 Ombrina è simile allo sturione. 150
 Ombrina di qual tempo, & in qual parte è migliore. 150
 Ombrina a quali psonè nò conuenga. 150
 Ombrina come si cuoce, & si mangia. 150
 Ontioni ne i vecchi, come si fanno. 282
 Ontione non può lubricar il ventre. 407
 Opera di Papa Pio iij. v. & di Greg. xiiij. intorno alle fontane in Roma. 38
 Orata pesce, dou'è migliore. 152
 Origine di tutti li mali è il capo. 203
 Orina difficile si fa dall'acque minerali. 49
 Orina perche si prouochi dal seme de' meloni. 128
 Orina si prouoca da ogni sorte di vino. 60
 Orina, & sudor copioso stitticano il corpo. 406
 Orina spesso resa è cosa mala ai vecchi. 291
 Orina pche moltiplica l'Autunno. 357
 Orinar difficilmente fa l'acqua salata. 49
 Origano come moue il ventre. 383
 Oro perche non gioui. 224
 Oro portabile non prolunga la vita, & è pericoloso. 297
 Ortica lubrica il ventre, & come. 382
 Orzo senza scorza ferma il ventre. 367
 Orzo nostro è quello de gli antichi, & come si prou. 143
 Orzo buono come si conosce. 143
 Orzo come purghi, & non purghi. 143
 Orzata come si faccia absteriuua. 363. 367
 Orzata quando non s'ha da dare. 231. 233
 Orzata, & pan bagnato non si corrompono. 232
 Orzata come lubrica il ventre, & come lo stittica. 363
 Ossi d'vcelleti nò s'hano da ingiottire. 178
 Osto Martio vino. 87
 Ostro, & tramontana danno più molestia a Roma, che gli altri venti. 3
 Ostro, & garbino sono di gran dāno a Borgo, & all'Hortaccio. 5
 Ostriche, & loro qualità secondo Aristotile. 96. 166
 Ostriche, & suo succo moue il ventre, & come lo stringono. 166
 Ostria nò aumeta l'appetito del coito. 166
 Ostrut-

T A V O L A

Ostruzione nel fegato come si faccia per li cotogni .	132	Pane mangiato con il vino rende l'huomo satollo.	58
Otio non lascia nutrir l'huomo .	281	Pane, & sua pienezza si vince facilmente.	145
Otio pochi lascia ingrassar .	314	Pane manco basta, che de gli altri cibi.	145
Otio fuori che nel dormir è mal sano, & come .	314	Pane mena feco a basso gli humori superflui.	146
Otio estingue il calor naturale .	313	Pane nutrisce piaceuolmente .	146
Otio qual dāno porti quādo è troppo.	313	Pane pche piace più, che gl'altri cibi.	146
Otio inanti al cibo quanto danno porti .	404	Pane in se poco nutrisce.	147
Otio, & fatica, & suo effetto .	408	Pane come alle volte dispiace .	147
Oui, & sue bone qualità .	184. 377	Pane caldo, & secco qual danno porta.	147
Oui perche il chiaro è più sano, che il rosso .	184	Pane bagnato, & orzata non si corrompono .	232
Oui, & sua differentia nel cuocerli .	184	Pane d'orzo come stittica, & lubrica il ventre .	368
Oui quali sono migliori di tutti.	184	Pane, & sue differenze.	368
Oui sperduti, & sue qualità .	184	Pane caldo qual danno porti.	369
Oui fritti, & il danno, che portino.	184	Papa Paolo iij. approbau l'acqua del Teuere .	43
Oui hanno tre qualità .	184	Parti estreme de quadrupedi, come lubricano.	374
Oua non generano pietre .	184	Parto inanti al tempo quando seguiti .	21
Oui, & latte nutriscono assai .	285	Parti de gli animali quali sono migliori.	179
Oui, & latte a quali conuengono .	285	Parti de gli vcelli quali sono migliori.	179
Oui duri quando s'hanno da māgiare.	340	Parto, & grauidezza come sono felici.	260
Oui come lubricano il ventre .	377	Parto perche si stenda oltre il nono mese, & quando.	262
Oui di Barbo perniciosi, & quando.	160	Parto perche, & quando s'affretti.	262
Oui di tartaruche, & sua virtù .	167	Parte lenta ne i pesci qual vtil porti .	147
Oui delli ricci .	378	Parti interne si mouono come l'esterne.	280
Oui ben cotti nutriscono più che li mal cotti.	317	Parteggiar della mattina, & suoi effetti.	401

P

P Adoua è miglior la carne d'agnello, che di castrato.	171	Pastinaca sue qualità, & come si cuoce.	116
Palaazzo del Papa, percosso da Greco Levante, & non da Tramontana .	14	Pastinaca marina, ciò che sia .	162
Palombi, & sue qualità.	176	Pasticci a quali sono cattiui, & a quali buoni .	318
Palestrina . } & suo vino.	79	Passarò, & Rombo pesci.	163
Palombara . }		Passarò è inferiore al Rombo.	163
Palombo pesce è di due sorti, & come si chiama, & sue qualità .	161		
Palma, & suoi frutti, & sua facultà .	389		
Pane di frumento, & sue qualità, & effetti .	144		
Pane di frumento non gōfia, & perche.	144		
Pane di frumento si slarga, & non si stringe .	144		
Pane di frumento prohibisce la fatietà .	144		
Pane secco nutrisce più che l'humido .	8		

T A V O L A

Paufilippo vino .	86	Pesce S. Pietro, come si chiama .	158
Paula vino .	87	Pesce del canneto, quando si mangia .	117.
Paura non si deue mettere a i putti, & perche .	264		118
Paura come può amazzar l'huomo.	343	Pesci, perche più se ne mangia, che altre cose .	148
Paura non è contraria all'allegrezza .	345	Pesci come mouano il corpo .	148
		Pesci migliori quali, & doue siano .	149
Pauone perche è stimato .	176	Pesci, che presto si corrompono sono cattiui .	149
Pauone come può indur malanconia .	177	Pesci grandi sono più duri, che li piccoli.	149
Pauoncella, & sue qualità .	178		149
Pecora, & sua carne .	171	Pesci come si cuociono .	149
Peli che cascano, come si rimettono .	101	Pesci a quali, & quando nociono .	149
Pelamide e manco cattiuo, che il tonno.	151	Pesci come si conoscono .	149
		Pesci, salumi, & specie s'hanno da lassar.	267
Pepe di quāte, & quale forti sia, & de quali .	194	Pesci come sono migliori de gl'altri cibi .	289
Peri, & sue qualità .	130	Petto corrisponde con le parti vergognose .	274
Peri con il caso perche sono vtili.	130	Pertini, cappe sante, & petunculi sono venenosi .	167
Peri si cuociono con difficoltà .	130	Pettinar come si deue vno nella pienezza di testa .	211
Peri moscaroli, quali fossero anticamente .	130	Petrofelino ferma il corpo, le radici lo mouono .	381
Peri quali mouono, & quali stringono.	388	Piante s'hanno d'imitar per nutrirsi bene .	272
Peri cotti, & sue facultà .	388	Piante come si mantengono viue, & belle .	272
Pericolo presente, & passato come può amazzar l'huomo.	343. 344	Piante crescono senza mouersi .	277. 281
Pericolo di quelli, che di mezzo giorno vanno da Castello a S. Pietro .	6	Piante sterili quali sono .	281
Pericolo, come vi si mettono le cose sicure.	218	Piccante: sapor onde nasce .	72
Pericolo nel quale sono li gran mangiatori .	306	Piccante vino come punge, & come salisce in alto .	73
Perfeco in specie, & qualità, & facultà è differente dal Perseo .	124	Piedi di porco sono migliori del gruno .	181
Perfeco duraccio che s'apre, & sue qualità.	124. 386	Piedi di vitello sono migliori del grugno, & delle orecchie .	182
Perle, & cremisino come giouino .	224	Piedi, & gambe come si scaldino .	235
Pernice, & sue bone qualità .	177	Pienezza sempre è di danno, & come si conosce .	284
Pernice, & suo fegato a qual è buono .	177	Pienezza è male generale di Roma .	205
Pepe, & sue qualità bone, & cattiue.	194. 391	Pienezza grande fa l'huomo pigro .	257
		Pienezza di nutrimento buono, come è di danno .	93
Pesci non possono far l'effetto buono del pane .	146	Pienezza del buon pane si vince facilmente .	145
Pesci come si corrompono .	8	Pienezza di pane non è cattiua .	145
Pesci come si conuertono in sputo .	146.	Pienezza di corpo è il secondo male, che regni	
	148		
Pescioto vino .	87		
Pesce prete, & sue qualità .	157		

TAVOLA

regni a Roma.	200	Polmone, & sue qualità.	182
Pienezza di testa futura, come si conosce.	208	Polpa di cedro quando conuiene.	134
Pienezza di testa di quante forti sia.	208	Polpo si altera per molte cause.	219
Pienezza di testa non notata da altri.	208	Pomi di più forti quali sono.	388
Pienezza di testa, quando è compita.	209	Pomi ranci come s'ineftano.	389
Pienezza di ventre come si curi.	332	Pomi granati, & sue qualità.	132. 388
Pienezza di ventre, come non si leua con medicamenti.	217	Pomi cotogni, & sue qualità.	131. 388
Pienezza di humori è di più forti, & quali, & come si purghi.	240. 241. 242. 243. 244. 245. 247. 249. 250. 251. 252.	Pomi come si diuidono quanto al sapore.	130
Pietra negra vino di cortica.	88	Pomi quando si deuono cogliere, & mangiare.	130
Pietre si fanno in noi, così altroue, come a Roma.	200	Pomi, & suoi effetti buoni, e cattiu.	130
Pignoli come si deuono usare.	390	Pomi Apij, & Rosei quali siano.	131
Pignoli quali sono migliori.	138. 390	Pomi cotogni dopo pasto non mouono il ventre.	131
Pignoli qual danno, & vtil portano.	390	Pomi cotogni, & suo succo prouoca l'orina.	131
Pignoli non prolongano la vita.	297	Pomi Ranci, & d'Adamo.	134
Pioggie, quando sono buone di primavera, & d'estate.	15	Porco pesce, sue qualità, & fegato.	161
Pioggie venute a tempo, & effetti suoi buoni.	16	Porcellana, come stringe, & moue il ventre.	382
Pioggie d'estate, quando fanno danno.	16	Porcelleta è lo sturione piccolo.	150
Pioggie da mezzo giorno l'estate sono fredde, l'inuernata sono tepide.	17	Port'Ercole, & suo vino.	89
Pifelli, & sue qualità.	141. 371	Porco, & sua carne.	172. 173
Pifelli sono simili alla faua.	141	Porchetta, & sua carne.	172
Pifciarello, & suo vino.	78	Porco seluaggio, & sua carne.	173
Pistacchi, & sue qualità.	389	Porco doue è più sano che altra carne.	172
Pistacchi come sono vtili, & di danno allo stomaco.	138	Porco ha molta carne, & poco sangue.	373
Pistata come si proua, che fosse in uso presso gli antichi.	232	Porro qual danno, & vtil porti.	114
Pistata a qual si può dare, & non dare.	231. 233	Porro come si fa dolce, & non flatuoso.	114
Plinio ciò che dice dell'acqua falonia.	40	Porro quando si deve mangiare.	114
Plinio ciò che dice del vino della Riccia.	77	Porte, & finestre come hanno da essere.	209
Poco dura il vino di Tacchie, & perche.	70. 71	Pozzi di Roma, & sua acqua di qual danno sia.	36
Podraga come si proibisse.	242	Pozzi di Borgo, & sua acqua di qual vtil sia.	36
Podagra se si proibisce con l'acqua.	242	Pranzo s'ha da esser più che la cena.	323
Polastri, & vtilità che portano.	175	Pransar chi non può ciò c'ha da fare.	340
Polenta, & ptisana, & sua differenza.	143	Prati di Roma come non hanno stagni.	14
Polpo pesce sue qualità, & effetti.	163	Precipitato s'usa anco per bocca da poco tempo in qua, & suo effetto.	227
Polpo è incitatio al coito, & come si prepari.	163	Precipitato come s'ha a dare.	227
		Preseruatione da fonghi come si faccia.	136
		Prete pesce, & sue qualità.	157
		Primauera come deve essere per esser sana.	15
		Primauera	

Primauera

TAVOLA

Primauera s'è secca, & l'estate pioe uisino molti amalati.	25	Putti grassi, quando patiscono più, che li magri.	20
Primauera a quali sia nociua.	21	Putti che mangiano assai, & poco s'essercitano, qual male patiscono.	237
Primauera è la più salubre stagione dell'anno.	304	à Putti le cose amare, perche sono vtili.	333
Primauera qual regola s'ha da offeruar.	351	Putti non possono star forti, & perche.	276
Prouerbio della pienezza del pane è falso, & come è nato.	145	Putti nel ventre, & nelle fascie crescono senza far essercitio, & come.	277
Prouerbio sopra li salumi.	192	Putti, che mangiano spesso sono più grassati.	279
Prouerbio che la vigilia è vorace.	328	Putti patiscono di fegato.	333
Prugne, & sue qualità di secche, & verdi.	125. 386	Putrefazione nelle acque è causa del sapore, & dell'odore.	50
Prugne damascene sono le migliori.	175. 386	Putredine è causa di molti mali, & come.	238
Prugne si fanno secche dal vino, & humide dall'acqua, & quando si pigliano.	125	Putrefazione, come si può dir concortione.	239
Pubertà, quando incominci.	272	Putredine non admeffa da tutti.	237
Pulegio come moue il ventre.	383	Putredine noua, non scritta da altri.	237
Polmone di capretto a che gioui.	171		
Purgatione quando s'ha da fare a poco a poco.	245		
Pustule, & vlcere come si curino.	311		
Putti mal sani, & sani quali sono.	339		
à Putti non si deve metter paura.	264		
Putti, & putte perche sono tanti a Roma.	264		
Putti non deuono far essercitio, nè star al sole.	264		
Putti mangiando assai beuino acqua.	264		
Putti lascino le specie, & il petroselino.	264		
Putti quando patiscono più.	21		
Putti mangino, & dormino quanto vogliono.	264		
Putti quando ritengono li costumi delle balie.	264		
Putti a che si deuono auizzare.	265		
Putti s'amalano di varole.	239		
Putti deuono esser lattati dalle loro madri.	264		
Putti non si deuono statar di primauera.	272		
Putti sono forzati a far essercitio, & come.	276		
Putti, & giouani hanno manco bisogno di far essercitio, che li vecchi.	278		
Putti qual forte d'essercitio hanno da fare.	280		
Putti non deuono beuere acqua freddissima.	319		

К К К Ragio

Putti grassi, quando patiscono più, che li magri.	20
Putti che mangiano assai, & poco s'essercitano, qual male patiscono.	237
à Putti le cose amare, perche sono vtili.	333
Putti non possono star forti, & perche.	276
Putti nel ventre, & nelle fascie crescono senza far essercitio, & come.	277
Putti, che mangiano spesso sono più grassati.	279
Putti patiscono di fegato.	333
Putrefazione nelle acque è causa del sapore, & dell'odore.	50
Putredine è causa di molti mali, & come.	238
Putrefazione, come si può dir concortione.	239
Putredine non admeffa da tutti.	237
Putredine noua, non scritta da altri.	237

Q	Varesima perche è instituita di primauera.	266. 352
Q	quaresima si deve mangiar poco, & perche.	266. 267
Q	quattro temporj dell'anno, perche sono instituiti, & come s'hanno a offeruare.	266
Q	quaglia è peggior de gli altri vcelli.	178
Q	quaglia quando è peggiore.	178
Q	quaglia perche è mal sana, & quando è più sicura.	178
Q	quantità de' frutti come si misuri.	120
Q	questione del pranzo, & della cena com'è vana.	323
Q	quiere continua qual danno porta al vecchio.	295

R

R	Radici con difficoltà si cuociono.	113
R	Rafano qual vtil, & danno porti, & quando s'ha da mangiar.	115
R	Ragione perche li fichi scaldano.	125
R	Ragione perche il seme de' meloni prouoca l'orina.	128
R	Ragione perche il succo de' cotogni fa l'istesso.	131
R	Ragione perche li fonghi sono venenosi.	136

T A V O L A

Ragione perche le donne si sconciano nel l'ottauo mese.	261	Ricotta di seme di papauero come si faccia.	222
Ragione perche la regola del viuere è più al bisogno a Roma, che altroue.	1	Rimedij, che lubrificano non tutti si deuono mangiar inanti cibo.	411
Raggi della luna qual danno portino.	328	Rimedij lenitiui se s'hanno da pigliar inanti, o dopò il cibo.	409
Ragione perche il vento è più nociuo la mattina, che la sera.	14	Rimedij, che lubrificano il ventre perche si pigliano.	412
Ragione, perche il vino nato ne i colli è migliore, che nato nei piani.	68	Rimedio nel cascar de' peli, & all'odor dell'aglio.	101
Ragione perche il vino Romanesco non si può conuertir in aceto.	69	Rimedij facili per prouocar il sonno.	221.
Raia pesce, come si chiami, & sue qualità, & fegato.	163	Rimedij tre per diuertire l'animo altroue.	222
Ramoraccio, & sue qualità.	115	Rimedij d'alcuni per allongar la vita.	296
Ramoracci mangiati troppo, ciò che fecero, & come si curò quel male.	217.218	Rimedij alcuni vani, alcuni pericolosi.	297
Rane come s'hanno da mangiare.	164	Rimedij lenitiui come vacuano il ventre.	413
Rane sono contrarie al veneno de' serpenti.	164	Rimedij allenarici, & fauci secche.	212
Rane quali sono bone, & cattiu.	164	Rimedij leggieri, & gagliardi nella pienezza di testa.	212
Rapà, & suo effetto in noi.	114	Rimedij simili all'effercitio, quali sono.	278
Rapòzolo qual sia, & sue qualità.	104.115	Rimedij per il coito.	341
Raspato vino si fa in doi modi.	71	Riposo a quali noce.	314
Raspato vino come si fa più delicato.	72	Riposo dopò il cibo stittica il ventre.	364
Raspato come riesce piccante.	72	Riposo solo del dormire, è vtile.	314
Raspato in qual modo è suau.	72	Riposo rinfresca il corpo.	314
Raspato come è sano.	73	Riso come perde la virtù astringente.	142
Razzezo, & cinque terre vini Genoesi.	88	Riso come si cuoce perche si digerisca meglio.	142
Regola di viuere, come s'insegn.	1	Riso, & sue qualità.	142. 370
Regola di viuere a Roma non più scritta da altri.	2	Rifoluzione grãdissima si fa il giorno.	323
Regole generali quando non seruono.	149	Robusti sono quelli, che hanno il ventre stittico.	360
Regola di viuere onde si caui.	265	Rocca di Papa, & suo vino.	75
Regola della primavera è la medesima co quella della Quaresima.	352	Rombo pesce, & sua bontà, & lode.	163
Regola di viuere nõ è buona a i putti.	272	Roma è simile alla primavera.	263
Religiosi quando hanno da mangiar poco la sera.	269	Roma hora è nei luoghi bassi.	3
Reni, & sue male qualità.	183	Roma come si difende dalla tramontana, & dall'ostro, essendogli tanto esposta.	3
Reni quali sono manco cattiu.	183	Roma come patisca più da questi venti, che non fanno altri luoghi.	3
Respiratione libera fa l'huomo più sano.	8	Roma è sotto al Clima quinto.	3
Reubarbaro, & sua virtù, & come s'ha da pigliare.	416	Roma è calda, & humida, & perche.	3
Riccio di mare, & suoi effetti.	167	Roma è fredda la mattina, & la sera, & calda nel mezzo giorno.	4
Riccio di terra, & suoi effetti.	174	Roma perche faccia più freddo la sera, che la mattina Finuernata.	4
Riccia, & suo vino.	77	Roma è più fredda la mattina d'inuerno, & la	
Ricotta, & sue qualità.	188. 376		
Ricotta a quali gioua, & noce.	188		

T A V O L A

& la fera d'estate, & come.	4	Salati cibi prouocano il ventre.	363
Roma nei luoghi piani ha l'aria calda, & humida, & perche.	6	Salate acque stringono il ventre.	363
in Roma li cibi sono risolubili.	7	Sale come moue il ventre, & il danno, che porta se è troppo.	394
Roma molte volte è stata distrutta, & molte volte reedificata.	3	Salua, & sue facolta.	110. 384
Roma anticamente non patiu alcuno male per le fontane, che haueua.	9	Salmone onde si conduce.	192
in Roma quali venti regnino.	10	Sanità quanto deue esser stimata.	283
Rondine pesce, & sue qualità.	151	Sanità come si conserua.	7
Rosmarino, & sua gran virtù.	268	Sani sono quelli, che mangiano, & beuono poco.	339
Rosolie, & varole quando vengono.	22	per la Sanità ciò che si deue hauer a memoria.	9
Rosei pomi, & apij quali siano.	131	Sane sono sempre le stagioni vguali.	304
Rubo, & sua qualità.	386	Sano non può esser quello, che spesso vomita.	217
Ruffina, & suo vino.	78	Sangue, & sue qualità.	376
Rugiata, & sua qualità.	386	Sangue di tartaruche a quali gioua.	167
Rugiata, & suo effetto sopra li frutti.	120	Sangue perche è cattiuo.	183
Rumice, & sue qualità.	102. 382	Sangue di porco è manco cattiuo.	183
Rumon fu detto il Teuere da gli antichi.	56	Sangue del ceruo ha fibre.	238
Rusco suoi sparagi, & suoi effetti.	117	Sangue quando s'ha da cauare.	214. 243. 257
Ruta, & sue facolta.	384	Sangue si caua se ben pecca altro humore.	219
Rutti, quando, & perche sono acidi.	248	Da Santo Spirito a Ponte Sisto si patisce da dui venti da Ponente.	13
Rutti perche escono dopò il cibo.	248	Santo Vito, & suo vino.	75

S

Sabbia perche si generi secondo alcuni.	201	Santo Spirito, & luoghi vicini patiscono più da venti meridiani.	13
Sabbia si fa in Roma dalla medesima causa, che altroue.	201	Santo Tomaso, & sua Isola, doue sono li porci, che sono migliori, che ogn'altra carne.	172
Sabbia si genera principalmente da vini potenti, & chiari.	201	San Giouanni, vino.	87
Sabbia si genera anco dalle acque medicinali.	201	San Seuerino, vino.	85
Sabbia non si genera dall'acque del Teuere.	201	Sapor falso si genera dalla parte più liquida.	238
Salerno vino.	86	Sapore, odor, & fetore, come sia nell'acqua, & da qual causa nascano.	50
Salonia acqua d'estate, è mal sana, & d'inuerno è sana, & perche.	40	Sapori grati all'huomo quanti sono, & perche.	321
Salonia acqua, & doue nasce.	39	Sapor acido, come causi pietre.	52
Salonia acqua non penetra.	40	Sapor piccante punge.	73
Salonia acqua noce alli magri.	40	Sapor dolce è il primo nutrimento.	322
Salpa come si prepara per cuocerla.	153	Sapori qual danno portano, & come.	322
Salpa di qual tempo è migliore.	153	Sapori s'accommodano più a i cibi, che a ciò che si beue.	322
Salpa, sue bellezze, & qualità.	153	Sapori nei vini, quali non sono di danno.	322
Salubre fu l'anno. 1577.	13	Scorza del cedro, & l'vtile che porta.	134
Salubre quãdo ha da esser l'anno. 14. 15. 17	14. 15. 17		
Sale di quali parti si compone.	393		
Salumi sono cattiu a i vecchi.	349		

T A V O L A

Sarda è differente da quella de gli antichi.	157	Seme ritenuto, quanto nocè, & quanto gioui.	274
Sarda, sue qualità, & quando è migliore.	157	Semi di papauero come si concino.	222
Sardone è simile alla sarda.	157	Seme de' meloni, & sua facoltà.	128
Sardone, & sua differenza con l'orata.	154	Senape come moue il ventre.	383
Sperone pesce qual sia.	157	Sentimenti, quando sono vigorosi.	367
Satureia come moue il ventre.	383	Sepia pesce, & sue qualità.	164
Saturno non è causa del sconciare nell'ortauo mese.	260	Sete, nè fame quando non si deue patire.	315
Satollo si fa l'huomo mangiando pane cò il vino.	58	Sete mostra grande resolutione.	322
Satieta come si leua dal pane.	144	Sete onde nasca.	340
Scalogna perche cosi si chiami.	114	Siccità come si tarda nei vecchi.	278
Scorzone pesce, & sue qualità cattive.	161	Siciliani vini.	79
Scorpena pesce, & scorfanello quali siano.	157	Siero del sangue è salato, & come.	238
Scalea vino.	87	Significato del pranfo, & della cena.	323
Scientie, & arti doue sono fondate.	314	Siluro si crede che sia lo storione.	150
Scamonea come moue il corpo, & l'orina.	391	Sirope rosato solutiuo.	416
Scombri, cioè Macarello quando è buono.	155	Sito di Roma doue è il migliore.	298
Scombri quanto cresca.	155	Sito dell'huomo nel dormir qual deue essere.	327
Seguir s' ha quel che gioua, fuggir quel che nocè.	271	Sito dell'huomo dritto fa il ventre lubrico.	365
Segni del male per il troppo mangiare.	330	Slattar quando non si deuono i putti.	272
Segni della fiacchezza, che ha da venire.	206	Sobrietà, & essercitio quando giouino.	242
Segni della fiacchezza presente.	207	Sodi cibi quando non s'hanno da pigliar.	218
Segni della crudità presente, & futura.	207	Sodi cibi si deuono mangiar dopò li meloni.	128
Segni delle pienezza di testa futura.	208	Sole, & fuoco efficcano il corpo.	406
Segni d'hauer mangiato, & beuuto il douere, & troppo.	216	Solfo, & suo odore, perche è nell'acque minerali.	48
Segni d'hauer fatto buona concottione.	307	Solea cioè languara.	163
Seme de' meloni perche prouoca l'orina.	128	Sole si deue fuggir con il grande freddo.	356
Semi tutti sono flatuosi, & perche.	129	il Sole non può consumar l'humido copioso di Roma.	31
Semi sono difficili da cuocere.	136	Sole s' ha da schifar nella pienezza di testa.	211
Semi grauan lo stomaco più che le piante.	136	Sole quando gioui nella fiacchezza seconda.	228
Semi, che s'vsano a Roma, quali sono.	137	Sole, & aere è come l'essercitio.	272. 281
Seme si genera in copia la primavera.	264. 274	Sole, & caldo temperato, come è amico alla natura.	281
		Sole quando leua li vapori, & non li risoluue.	301
		Sole quando s'accosta a noi ciò che faccia.	352
		Sole di Marzo si deue fuggire.	352
		Sonno	

T A V O L A

Sonno subito dopò il cibo, & suo effetto.	408	& come si conofce, che n'escano, & come si multiplicano.	344
Sonno moderato qual vtil porti.	407	Spinaccio qual herba sia, come è sana, & mal sana.	102
Sonno longo a digiuno qual danno porti.	407	Spinaccio come si prepara perche sia buona da mangiare.	102
Sonno che rinfresca, & estenua qual è.	407	Spinaccio lubrica il ventre.	102
Sonno come non può lubricar il ventre.	407	Spiriti si fanno chiari dal settentrione.	10
Sonno lungo quando nocè.	221	Spiriti si conturbano dal vento meridiano.	10
Sonno come si prouochi nella fiacchezza.	221. 222. 259	Spiriti si ristorano più dall'aceto, che dal vino.	61
Sonno libera l'animo da i pensieri.	259	Sputi quando vengono dallo stomaco.	335
Sonno come gioua.	295	Squaglio pesce quando è migliore.	160
Sonno è instituito per la vigilia.	324	Squilla, cioè gambarelli marini, che cosa sia.	165
Sonno fa il corpo di dentro caldo di fuori freddo.	329	Stagioni vguali sono sempre più sane.	304
Sonno empie il polmone, & il cuore.	329	Stagioni dell'anno secche sono più sane, che l'humide.	12
Sonno d'Aprile è longo, & suaue.	352	Stagioni humide, & loro effetti cattiuu.	12
Sonno suaue, & turbato onde nasca.	241	Stagioni breui sono migliori, che le lunghe.	29
Sonno consuma gli humori dello stomaco.	247	Stagioni fredde sono più sane, che le humide.	31
sonno inanti pasto quando è vtile.	247	Stanze terrene quando sono mal sane.	9
Sonno quanto ha da esser dopò l'adolescencia.	325	Stanze fatte in volta, perche sono mal sane, & come si fanno sane.	295
Sonno troppo, come si conofce.	326	Stanze alte s'hanno d'habitare.	209
Sonno quando è più lungo, & più foaue.	326	Starna è simile alla pernice.	177
Sonno appropriato al fegato.	327	Star alle vigne come è di danno.	269
Sorbe, & sue qualità.	388	Sterco ritenuto qual danno porti.	366
Sorbe non sono buone a i vecchi.	285	al Stitico ventre nocè il vino potente.	59
Sparagi di qual sorte sono.	117	Sittico si fa l'huomo nell'anno sessantatre.	275
Sparagi come mouono il corpo.	117	Stomaco piccolo richiede spesso il cibo.	316
Sparagi di Brionia, & suoi effetti.	117	Stomaco è grauato più da semi, che da le piante.	136
Sparagi di Rusco, & suoi effetti.	117	Stomaco s'empie facilmente da poco pane.	145
Spagnuoli poco patiscono per non mangiare.	322	Stomaco s'offende da cibi insoliti.	233
Specie secche non si possono cuocere.	390	Stomaco ha da star pieno, & disteso.	93. 315
Specie, sue qualità, & effetti.	390	Stomaco qual danno sente se è vacuo.	315
Specie a quali sono vtili, & di danno.	390	Storione, che cosa sia, & sue qualità.	150
Specie quali mouono l'orina, & il ventre.	390		
Specie, salumi, & pesci s'hanno a mangiare in poca quantità.	267		
Spigola pesce, sue qualità, & quando è miglior.	152		
Spinal midolla è più dura del ceruello.	180		
Spiritu, come si conseruano nelle arterie,			

Storio

T A V O L A

Storione di qual tempo è buono, & a quali persone conuenga .	150	Tenca a quali è di danno .	161
Storione da qual parte è migliore, & come si mangi .	150	Telline sua qualità, & brodo .	167
Storni, & passare sono cattiu .	178	in Terra si conuerte ciò che si corrompe .	287
Strada Giulia patisce da Ponente .	14	Terra de' luoghi maritimi perche è humida .	301
Stracchezza onde nasce .	148	Terracina suo vino con la virtù .	75
Stracchezza c'ha da venire, come si conosce .	206	Terra di lauoro quanti vini faccia .	80
Stracchezza è il fine dell'essercitio .	256	Testa, & vesti come paiano graui .	252
Stringe l'Agresta cruda, ma cotta non tanto .	129	Testa s'empie dal vino, & dal calor del sole .	203
Stringonfi li corpi dalle cose, che offendono .	97	Testa patisce più da venri, che gli altri membri .	12
Suaro sue qualità, & ciò che sia .	155	Testa quando patisce grauezza, & altro .	26
Succo delli cotogni prouoca l'orina, & perche .	131	Testa come si riempie dalla lattuca .	97
Succo del limone, & sua virtù .	134	Testa, & tutt'il corpo s'empie dall'aria, & dal viuer copioso, & in qual modo .	202. 210
Sudore può purgar tutti gli humori del corpo .	213	Testicoli dell'oca, & sua virtù .	176
Sudore in quanti modi si proibisce .	236	Testicoli de' quadrupedi, quali sono .	180
Sudore simile alla rugiada onde venga .	248	Testicoli de' pollastri sono buoni .	230
Sudore, è il fine dell'essercitio .	256	Tetti delle case di Roma, perche sono cari chi di terra, & di herbe .	4
Sudor, & orina copiosa stitricano il corpo .	406	Teuero fu detto Rumon da gli Antichi .	56
T		Thiriaca, & Mitridato, qual virtù habbiano, & quando s'hanno da usare .	223
Tagia, & suo vino .	89		235
Taminia vua che cosa sia .	117	Thiriaca non prolunga la vita .	297
Tardi andar a letto qual danno porti .	365	Thiriaca è cattiu, & perche .	298
Taranto è loco doue si piglia la bona orata .	152	Tifici veramente quali sono .	379
Tarantola pesce, & sue qualità .	155	Tofo cresce dall'acqua, & il marmo si consuma, & come .	56
Tartaruche sono dure da cuocere .	167	Tolfa, & suo vino .	78
Tarraruche quali sono migliori .	167	Tonno come si chiama piccolo, & grande .	150
Tartuffi, sue facoltà .	116	Tonno perche d'estate è peggiore .	150
Tartuffi, & sue qualità .	116	Tonno da qual parte è migliore .	151
Temperata quando è l'inuernata .	14. 15	Tonno, & qualità della sua carne .	151
Temperato, & non humido è l'anno quando pioe come si deue .	18	Tonno come si cuoce .	151
Tempo che si veglia è più di quello, che si dorme .	324	Tortora, & sue qualità .	178
Tempori quattro come s'hanno da offeruar .	266	Trauaglio d'animo dopò pasto è male nella pienezza di testa .	211
Tenca non ha nome nè Greco, nè Latino .	161	Trauaglio d'animo a che s'assomigli .	272
		Torpedine, cioè occhiatella, pastinaca marina, & bruco pesce .	162
		Torpedine, & suo cattiuo effetto .	162
		Torpedine, perche non si conosce il suo effetto .	162
		Torbido	

I A V O L A

Torbido quando si fa il vino Romano nel corrompersi .	69	Vapore freddo è anco graue .	16
Tosse, che non procede da catarro .	188	Vapori caldi ascendono .	16
Tosse, & strangolamento a quali venga, & perche .	249	Vario è l'aere di Roma, & perche .	7
Tosse non tutta vien dal petto, & dalla trachea .	249	Varie cause del calor delle acque .	46
Trachea arteria, che cosa sia, & ciò che patisce .	249	Varole, & rofolie quando vengono a putiti .	22
Tragina pesce, & sue qualità .	158	Vcelli poco nudrifcono al paro delli quadrupedi .	174
Tramontana non percuote il Palazzo del Papa, ma il Greco leuante .	14	Vcelli, quali sono migliori .	174
Tramontana, & suoi cattiuo effetti .	19	Vcelli come fermino il ventre .	374
Tramortiti si ristorano più presto dall'acetato, che dal vino, & perche .	61	Vcelli come sono, & non sono di danno .	374
Trasparente si fa l'aria dal settentrione .	10	Vcelli seluaggi, & domestici .	174
Trauagli d'animo come si proibiscono .	348	Vcelli giouani, & vecchi, & sue qualità .	175
Trauaglio dell'animo quanto danno porta .	272	Vecchi quali mali patiscono, & quando .	22
Tre infirmità di Roma hanno tre cause, & quali .	201	Vecchi de uono pigliar cibi humidi, & liquidi .	265
Tricocco, & azarolo si tiene il medesimo .	133	Vecchi quando hanno da seguitar l'usanze sue .	265
Triglia sue qualità .	154	Vecchi qual danno sentano dall'embriacchezza, dal coito, & dalla crapola .	265
Triglia grande perche non è bona .	154		289
Triglia grande mangia il lepore marino .	154	Vecchi hanno li meati stretti .	265
		Vecchi hanno la virtù debole .	265
		Vecchi qual danno sentano dal molto essercitio, & molta fame .	272
		Vecchi fanno manco essalatione .	276
		Vecchi con il riposo si fanno più secchi .	277
		Vecchi hanno bisogno di più essercitio, che li giouani, & perche .	278
		Vecchi qual vtil sentano dall'essercitio, & qual danno dal non farlo .	278
		Vecchio è l'huomo l'anno sessantatre .	275
		Vecchi da che sono spinti a far essercitio .	279
		Vecchio deue far più d'un essercitio quando così è solito .	280
		Vecchi hanno la distributione del nutrimento tarda, e poca, e come .	280
		Vecchi sono pigri dopò pasto .	281
		Vecchi, come patiscono brusciore di stomaco .	281
		Vecchi perche sono sani l'estate, & l'Autunno .	282
		Vecchio decrepito ciò che ha da far per star sano .	282
		Vecchi quali cibi hanno da mangiare .	284
		Vec-	

V

Vaccina carne, & sue qualità .	170
Vaccina quando, & come è migliore .	268
Vaccina è buona d'inuerno .	351. 372
Valerano, & suo vino .	78
Valmonte, & suo vino .	79
Vapori del fiume perche siano cattiu .	6

T A V O L A

Vecchi hanno la virtù attrattiva debile, & perche .	285	pioggia, ò nebbia .	11
Vecchio ciò che ha da beuer, hauendo mangiato troppo .	288	da Venti patisce più la testa, che gli altri membri .	12
Vecchio non deue patir, nè fame, nè sete .	289	Venti meridiani danno più danno a S. Spirito, & a luoghi vicini .	13
Vecchio fugga l'embriachezza .	290	Venti settentrionali distruggono li mali, che nascono da gli Australi .	13
Vecchio lasci il fuoco dopò il cibo, & ciò che all' hora deue fare .	290	Venti settentrionali si fanno di freddi caldi, & di secchi humidi, & quando .	13
Vecchi non deuono spesso orinare, & perche .	291	Venti da Ponente, & suo effetto .	13
Vecchio non deue beuer vino bianco, & potente, ma rosso, & potente .	291	Vento della mattina, è più pericoloso, che la sera .	14
Vecchio deue lassar li cibi lenti, & grossi .	292	Venti quando spirano l'vno appresso l'altro, sue qualità .	25
Vecchio sente danno se sta sempre in quiete, & qual danno .	295	Venti come si facciano mal sani, se bene sono sani .	26
Vecchio se non può dormire, come ha da fare .	295	Venti, che regnano a Roma, come sono buoni, & cattiu .	10
Vecchio deue star in piedi più, che sedere .	296	Vento, che percuote il Palazzo del Papa è secco, & non humido .	14
Vecchio senza detti qual vino ha da bere .	296	Vento entra ne i membri, & in tutto il corpo .	202
Vecchio tardi si fa quello che spesso mangia .	316	Vento qual danno porti .	281
Vecchi lassino il sale, & li salumi .	292.	Venti, quali sono più sani .	304
	349	Venti in qual modo danno molestia a Roma .	3
Vecchi quando deuono vsare il coito, & quando no .	341	Vento quando spira quello, che ha da far l'huomo .	209
Vecchio come s'ha da fortificare .	354	al Ventre stittico noce il vino potente .	59
Vecchio quando non ha da far euacuazione .	353	Ventricolo, & intestini fatti per ritener, & non per cacciar fuori .	205
Vecchio da qual cosa sente danno .	353	Ventricolo, come alle volte patisce, & come si cura .	249
Vecchio perche si sente male d'estate .	353	Ventre si fa stittico col sudar, & orinar affai .	406
	353	Ventre quante volte il giorno deue euacuarsi .	210
Vecchio ciò che ha da far la primavera .	353	Ventre, & carni come s'efficano .	250
Venti quali regnano a Roma .	10	Ventre si fa magro per l'essercitio .	307
Venti quanto più sono alti, tanto più sono leggieri .	10	Ventre a quali gonfia dopò pasto .	339
Venti, che vengono da settentrione sempre sono più sani, che gli altri .	10	Ventre lubrico fa l'huomo sano, ma debile .	361
Venti, che vengono da mezzo giorno sono più mal sani de gli altri .	10	Ventre si fa lubtico co'l mangiar assai, & beuer assai, ma poco, & spesso .	361
Venti nebulosi sono peggiori de' sereni .	11	Ventre come si mollifica .	413
	11	Ventre quando si fa stittico, & si moue .	404
Venti sereni quando sono cattiu, & perche .	11	Venenosi fonghi quali sono .	136
Venti meridiani, & suo viaggio .	11	Venenosi perche sono tutti li fonghi .	136
Vento meridiano come porta serenità, ò Veneno			

T A V O L A

Veneno quando nutrisce .	232	Vigilia fa il corpo caldo più che il sonno .	328
Vene del fegato sono strette nel profondo, & larghe nell'estremo, & perche .	204	Vigilia s'è troppo qual danno porti .	329
Vene nei putti, & nei vecchi sono strette .	333	Vigilar più si deue, che dormire nella pienezza di testa .	212
Ventricolo pieno di nutrimento buono come sente danno .	93	Vigne quando se gli va, come sono di danno .	269
Ventre si chiude dopò vna larga euacuazione .	409	Vigne come sono, & non sono cattiu .	301
Ventricoli, matrici, & intestini, & sue qualità .	183	Villa di Lucullo dou'era .	39
Ventricoli d'vccelli, & sue buone qualità .	183	Villa, & suo vino .	78
Ventre come si moua dall'aceto forte .	90	Vini sono tutti caldi, & secchi .	58. 324
Ventre non si può mouer per li cotogni presi dopò pasto, & perche .	131	Vini quali mouono il ventre, & l'orina .	395
Ventricolo quando è freddo, & quando no .	246	Vini dolci, & suoi rari effetti .	395
Ventricolo deue esser pieno dopò gl'anni sessanta tre .	275	Vini neri, & austeri, & suoi effetti .	395
Ventre si stringe per caualcare, & come .	402	Vini bianchi, & suoi effetti .	396
Ventre si stringe dal bagno d'acqua dolce .	365. 407	Vini trebiani dolci, & suoi effetti .	396
Ventre come non si lubrica per il sonno .	407	Vini bianchi austeri come mouono l'orina .	397
Ventre come si lubrichi nel passeggiar la mattina .	401	Vini acidi noui, & vecchi, & sue qualità .	397
Ventre come si moue, & come si fermi .	382	Vino ha non sò che del grosso, & perche .	58
Ventre si stittica dalle cose, che prouocano l'orina, & da che si lubrichi .	365	Vino qual danno porti .	258
Ventre quante volte il giorno s'ha d'euacuare .	366	Vini, & cibi portati di fuori sono, come se fossero nati a Roma .	57
Ventre troppo pieno qual danno porti .	366	Vini come si diuidono .	58
Ventre come si moua dalle specie, & da quali .	391	Vino è caldo, & perche .	58
Ventre come si fa stittico .	407	Vino indura il cibo nel ventricolo .	58
Vernotico vino .	86	Vino è più vtile dell'acqua, & perche .	59
Vergine acqua era la fontana di Treui .	38	Vino è buono quando si mangia poco .	59
Vergognose parte corrispondono con il petto .	274	Vino potente a quali noce .	59
Vesica del fiele come patisca .	244	Vino d'ogni forte prouoca l'orina, & come .	60
Vesica del fiele, & suo sito .	331	Vino nello stomaco si conuerte in aceto, & come .	60
Vesti come s'hanno da mutar d'inuerno, & di estate .	351	Vino fatto acido prouoca l'orina, & come .	60
Viaggio longo non si deue far l'estate .	303	Vino dolce è di danno alle vlcere interiori .	60
		Vino in noi si muta in vna cosa acida, ò acre .	60
		Vino ristora manco li spiriti, che l'aceto .	61
		Vino troppo acre, & troppo acido noce	

T A V O L A

alli nerui, & in qual modo. 61
 Vino noce alli putti, & alle Donne, & come. 61
 Vino come caufi dolor di capo. 62
 Vino dolce, & mofto non hanno odore. 63
 Vino dolce, come può, & non può embriacare. 63
 Vino dolce-qual danno, & vtil porti. 63
 Vino acerbo qual vtil porti. 64
 Vino molto vecchio noce a nerui, & a fenfi. 64
 Vino nouo, & groffo quali danni porta. 64
 Vino prefo con mifura qual vtil porta. 65
 Vino beuuto troppo qual danno porta. 65
 Vino migliore è fempre nel mezo della botte. 65
 Vino, & fue facoltà come fi determini. 65
 vino qual danno porta beuuto senza mangiare. 65
 Vino beuuto a digiuno quando gioua. 66
 Vino Romanefco, come fi faccia, & fi conferui. 66. 67
 Vino Romanefco fi conferua sotto i porti ci. 66
 Vino Romanefco come fi fa più chiaro, & più durabile. 67
 Vino Romanefco nato nelli colli è sottile, & chiaro. 67
 Vino Romanefco come fia migliore, & come meglio fi conferui. 67
 Vino Romanefco di qual odor fia. 67
 Vino Romanefco perche spesso fuaniffe. 68
 Vino Romanefco perche è tanto cattiuo. 67
 Vino Romanefco, quando è buono, come li vini foraffieri. 68
 Vino Romanefco, & spesso tramutato, perche dura più lungo tempo. 68
 Vino Romanefco come fi fa dolce, & fuaue. 68
 Vino Romanefco come fa dolor di tefta. 68
 Vino Romanefco come è facile a patir-

muffa. 68
 Vino Romanefco come fi fa acido, dolce, & chiaro. 68
 Vino Romanefco come fi fa torbido nel corromperfi. 68. 69
 Vino Romanefco poiche è corrotto, non fi può più conuertir in aceto. 69
 Vino Romanefco come fi conferui. 69
 Vino Romanefco, & fue buone qualità. 70
 Vino di Tacchie, & fue qualità. 70
 Vino di Tacchie perche è di poca durata. 71
 Vino di Tacchie perche fi fa marcio. 71
 Vino di Tacchie, come fi può far migliore, & manco nociuo. 71
 Vini concii, così chiamati come fi facciano. 71
 Vino Rafpato fi fa in dui modi. 71
 Vino piccante perche punge la lingua. 72
 Vino Rafpato in qual modo è fuaue. 72
 Vino della Riccia come fia. 77
 Vino della Riccia anticamente era molto auftero. 77
 Vino di Castel Candolfo come fia. 77
 Vino di Marino, come fia. 77
 Vino di Frascati. 77
 Vino Albano fua natura, & bontà. 77
 Vino Greco di fomma doue nafce. 80
 Vino piccante perche è mordente. 73
 Vino piccante come punge. 73
 Vino piccante come falifca in alto. 73
 Vino Rafpato, perche è sano fe è frefco, & perche è mal sano fe è vecchio. 73
 Vino acquato è di varie forti, & come. 74
 Vini vicini a Roma sono ò crudi, ò cotti. 74. 75
 Vini concii, & quali sono crudi, & cotti. 75
 Vini doue sono crudi, & cotti. 75
 Vini di Velletri, & la loro natura. 75
 Vini di Velletri, a quali sono vtili, & di danno. 75
 Vini di Cora di Cani, di Rocca di Papa, di Zagarola, di S. Vito, & di Nettunno come fiano. 75
 Vino di Terracina come fia. 75
 Vino di Albano come fia, & fua bontà. 76
 Vino

T A V O L A

Vino che porta poca acqua, come fosse anticamente, come hora non si troua, & come si possa fare. 76
 Vino della Riccia, come fia auftero. 77
 Vino della Ruffina, della Villa di Cesano, dell'Anguillara, di Bracciano, di Pifciarello, di Monterano, dalla Tolfa, di Cerueto, di Caprarola, di Canepino, di Valerano, come fiano. 78
 nel Vino quãdo s'ha da metter l'acqua. 76
 Vino della Riccia, come fia differente da quello di Albano. 77
 Vino di Nemi, & di Genezano. 79
 Vino di Giuliano, d'Anagni, di Valmontone, di Palestrina, & Palombara. 79
 Vini Calabrefi, Siciliani, Genouefi, Francefi. 79
 Vini Greci di quante forti sono. 79
 Vini di quante forti nascono in terra di lauoro. 80
 Vini Calabrefi, & loro nomi. 80
 Vini di Sicilia, & loro nomi. 80
 Vini di Corfica, & loro nomi. 80
 Vini della Riuiera di Genoa, & loro nomi. 80
 Vino Greco di fomma è potente come è quello di Velletri. 81
 Vino Greco di fomma a quali conuenga, & fue qualità. 81
 Vino Greco di fomma quale danno fa, & a quali gioua. 81
 Vino Greco di fomma a quali gioua. 81
 Vino Greco di fomma, fe è il Greco de gli antichi. 81
 Vino Greco de gli antichi era di due forti. 82
 Vino Greco de gli antichi doue nafceua. 82
 Vino Greco, di Refina, di S. Anastasio, di Ottauiano, di Torre, & di Pausilippo. 84
 Vino Greco d'Ifchia, & fue qualità. 85
 Vino Lanno, & fue qualità. 80. 85
 Vino Lacrima Aglianico, Mazzacane, S. Seuerino, & fue qualità. 85
 Vino Mazzacane perche caufi dolor di tefta. 85
 Vino S. Seuerino, Magnaguerra, Asprino Vernotico, Pausilippo, di Salerno, Acropoli, Iaposo, Castel Abatio, Montemauro, Acciaiuolo, Iugnonio, Policano, & fue

qualità. 86
 Vino Pefciotto, Centola, S. Giovanni, fcalea, offo Martio, Chiarello, Mauro, Griolo, & Abbate Marco, Beluedere, Paula, falfamico, & fue qualità. 87
 Vino Vernacia, & doue fi faccia. 88
 Vino di Tropea, di Carinola, & vino detto Siciliano, Pietra nera, Centurio, Capocorso, Branno, Elba, cinque terre, & Razzofo, & fue qualità. 88
 Vino Apiano, cioè Hippocrasso, Moscatello, & di Tagia, & fue qualità. 89
 Vino di Port'Ercole, & Francefe, & fue qualità. 89
 Vino fe fi ha da beuer dopò li fichi, ò acqua. 125
 Vino se s'ha da beuer dopò li meloni, & perche. 128
 Vino perche sà buono dopò li meloni. 128
 Vino perche non piace dopò l'infalata. 129
 Vino potente, & puro qual virtù ha. 223
 Vino qual si deue dare a deboli. 230
 Vino Romanefco, carne di porco, & uua quando si hanno da lassare. 269
 Vini si conuertono facilmente in terra. 286
 Vino, che non sà buono ciò che pronostichi. 288
 Vini di varie forti, perche non s'hanno da beuere. 288
 Vino è più vtil al vecchio, che l'acqua. 288
 Vino ferma il cibo nel stomaco, & ciò che ne segue. 288
 Vino perche gioua più al vecchio, che al giouine. 288
 Vino quando è, & non è buono. 301
 Vino piccolo si deue beuer a Roma. 320
 Vino quando mutar si deue di rosso in bianco. 321
 Vino puro, come gioua alla tristezza. 258. 347
 Vino puro, s'ha da beuer quando pio- ue. 349
 Vino quando si può rinfrescar. 269. 354
 Vini potenti, & chiari generano pietre. 201
 Vino, & calor del sole possono empir la tefta. 203

T A V O L A

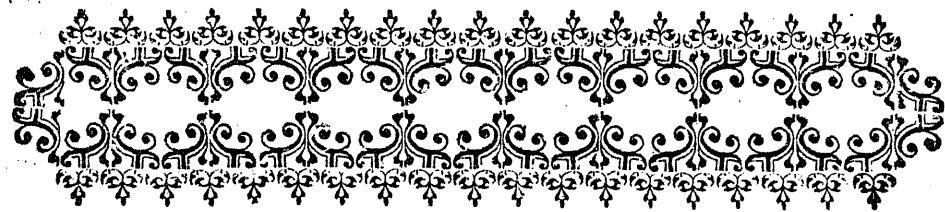
Vino non s'ha da beuer dopò li cibi solidi, & perche.	216	Vlcere, & vessiche per mangiar pesci len- ti.	148
Vino quando s'ha lassar, & non lassar.	217. 218	Volpe, & sue qualità.	174
Vino puro, & grande, & suo effetto.	223	Volpe quando è manco cattiuo.	174
Vino quando s'ha da dar, & da leuar nella pienezza.	242. 243	Voltarfi deue l'huomo la mattina sul lato dritto, & perche.	328
Vino puro ristora li trauagli dell'animo.	258	Vomito noce per lubricar il ventre.	404
Vino con neue quando s'ha da beuer.	269	Vomito si ha da fuggir nella pienezza di testa.	211
Vini potenti quando s'hanno da beuere l'estate.	269	Vomito non è buono dopò li cibi solidi, & perche.	216
Vino come s'ha da beuer dal vecchio.	287	Vomito sforzato quanto danno porti.	216
Vino bianco, & potente è cattiuo a i vecchi.	291	Vomito a quali, & quando è vtile.	216. 250
Vino rosso, & potente è sano a i vecchi, & a quali è mal sano.	291	Vomito spesso fa la vita corta, & guasta la sanità.	217
Vino molto freddo è cattiuo a i vecchi.	292	Vomito come si prouochi.	246
Vino perche deue esser più adacquato al pranfo, che alla cena.	355	Vomito non s'ha da impedir nelle grauide, & quando.	259
Vino non deue essere nè puro, nè vecchio per lubricar il ventre.	361	Vomito di due volte il mese non è buono, & quando è buono.	289
Virtuoso non deue stimar le calumnie.	2	Vomitar quando si può.	216. 250. 355
Virtù del succo del limone grande.	134	Vomito come porti danno.	355
Virtù de gl'incanti quanto poco vaglia.	223	Vfanza quando s'ha da seguitar da i vecchi.	265
Virtù debile nei vecchi, quando si fa più debile.	265	Vtil della pioggia dopò l'estate, & l'Autòno molto caldi.	15
Vista corta si sana dal caulo.	96	Vtil che seguita, quando d'estate pioue.	24
Vite fugge il caulo.	96	Vtil del vino beuuto a digiuno.	66
Vita de gli huomini nell'indie quanto durà.	275	Vtil che segue dal Greco di somma.	81
Vita non può esser longa a quello, che spesso vomita.	217	Vtil che si caua dall'herbe, che si mangiano.	93. 94
Vita si fa breue per li cibi deboli.	318	Vtil che si caua dall'insalata la sera.	94
Vita come si slonghi.	275. 316	Vtil, & danno che porta il porro.	114
Vita è corta a quelli, che mangiano, & beuono poco.	339	Vtil, & danno che porta il Rafano.	115
Vitella mongana, & sue buone qualità.	170	Vtil, che nasce dal mangiar pochi frutti.	120
Vitello, & sua carne.	373	Vtil, che porta la Cipolla corta.	114
Viuer copioso empie tutt'il capo, & come.	202	Vtil che portano le Cirafe.	122
Viuer come si può longo tempo.	273	Vtile, & danno che portano le fraghe.	123
Vlcere della bocca, onde si fanno, & curano.	338	Vtil che portano le Brugne.	125
Vlcere, & pustule, onde nascano, & come si curino.	148. 311	Vtil che porta la Zucca.	126

Vtile,

T A V O L A

Vtile, & danno che portano le giugiole.	135	Vua spina, & sue qualità.	387
Vtile, che porta il seme del ginepro.	135	Vua passa acerba.	387
Vtile, & danno che portano le carobe.	135	Vua acerba stringe, ma non cotta.	387
Vtile che porta il pane.	144. 145. 146. 147	Z	
Vtil che porta il carcioffo.	135	Zaffrano come rallegra, & com'è pericoloso.	393
Vtil che porta la noce condita.	137	Zaffrano perche si piglia in poca quantità.	393
Vtil che portano li pignoli, & pistacchi.	138	Zaffrano, & sue qualità.	193. 393
Vtil, & danno che porta il coriandro.	138	Zagarolo, & suo vino.	75
Vtil, & danno che portano li ceci.	140	Zenzero si tarla facilmente.	195
Vtil che porta la lenticchia.	141	Zenzero a quali membri gioui.	195
Vtil che segue dalla parte lenta nei pesci.	147	Zenzero come moue l'orina, & il corpo.	195. 392
Vtil che porta la carne della gallina.	175	Zucca, & sua qualità.	126
Vtil che porta la carne di pollastro.	175	Zucche marine, & sue qualità.	126
Vtil che seguita dall'humidità de' cibi.	175	Zucca rinfresca humetta, & lubrica.	387
Vtil che portano li Colombi.	176	Zucca come si conci per far insalata.	387
Vtil che sente il vecchio dall'effercitio.	278	Zuccaro, & sue qualità.	199. 389
Vtil è il riposo solamente, quando si dorme.	314	Zuccaro vecchio è miglior del fresco.	189
Vua Taminia che cosa sia.	117	Zuccaro come rinfresca.	189
Vua matura qual danno porti.	129	Zuccaro abrusciato, & posto in profumo a quali gioua.	189
Vua appiccata qual vtil porti.	129	Zuccaro come gioui a dolori colici.	189
Vua pergolefa, & sue qualità.	129	Zuccaro, & sue qualità.	189. 399
Vua passa bianca, & sue qualità.	129	Zuccaro perche è più difficil da cuocer, che il mele.	399
Vua spina non fù conosciuta anticamente.	129	Zuccaro perche gonfia, & fatolla.	399
Vua, carne di porco, & vino Romanesco, quando se hanno da lassar.	269	Zuccaro il danno, & vtil che porta.	399
Vua fresca riscalda, & come.	387	Zuccaro preso dopò pasto gioua a quelli c'hanno mangiato assai.	400
Vua moue il ventre, & come.	387		

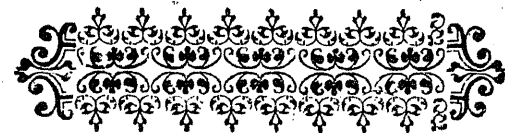
I L F I N E.



R E G I S T R O .

** A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X Y Z ,
A a B b C c D d E e F f G g H h I i K k L l M m N n
O o P p Q q R r S s T t V v X x Y y Z z ,
A a a B b b C c c D d d E e e F f f G g g H h h
I i i K k k L l l .

Tutti sono Duerni , eccetto **, il quale e Terno .



CORRETTIONE DE GLI ERRORI.

Pagina. 13. linea 13. sputi frutti p.17 l. 26. rara stata p. 22. l. 29. cadexanno accaderanno p. 55. l. 14.
incontrario in continuo p. 74. l. 25. accidenemente accidentalmente p. 77 l. 33. c'accolta s'accolta
margine 9. p. 95 Il In p. 96 l. 19. presto presto p. 112. l. 3. si fa quelli si fa con quelli p. 132. l. 10. &
troppo si attacca & troppo, s'attacca p. 144. l. 35. ui fia ui fia p. 216. l. 3. priuati, acuti, p. 222. l. 11. n'esse n'esse
p. 223. marg. 7. Mitridato Mitridato p. 228. marg. 6. odori si deue lassarlo fora p. 230. l. 6. o tremmati, o tremanti,
p. 235 l. 1. due deue p. 242. l. 30. spauagliare lbadagliare p. 249. l. 12. grand'erroii grand'errore p. 276. l. 10. che
nutrimento che il nutrimento p. 276. l. 30. muono muoiono p. 279. marg. 2. prouoca proua p. 300. marg. 6. ne
con il sole con il sole. p. 316. marg. 8. s'auuecciano, s'auuecciano, p. 318. l. 4. pur che perche p. 323. marg. 2.
che fa l'oglio che fa l'oglio p. 333. marg. 10. fogni legni p. 340. l. 37. & perciò lassarlo fora. p. 364. l. 28. si li-
quesa si liquefa 400. l. 6. di teit; acoli di teita, colli p. 407. l. 12. capo corpo p. 411. marg. 1. non si fa non si fa
marg. 3. quelle quelle